

Greve (Hrsg.)
Das Selbst
Psychologische
Perspektiven



Werner Greve (Hrsg.)

Das Selbst

Werner Greve (Hrsg.)

Das Selbst

Psychologische Perspektiven

UV Universitätsverlag
Hildesheim

Hildesheim
2018

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung
außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes
ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig.
Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in
elektronischen Systemen.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISO 9706

Gedruckt auf säurefreiem, alterungsbeständigem Papier
Redaktion, Umschlaggestaltung und Satz: Maren Etzold, Mario Müller
Umschlagabbildung: Isaías Witkowski, Hildesheim
Herstellung: rauer-digital druck und medien, 31167 Bockenem

Printed in Germany

© Universitätsverlag Hildesheim, Hildesheim 2018

Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-96424-004-0

Dieses Werk steht auch als elektronische Publikation im Internet
zur kostenfreien Verfügung

DOI: 10.18442/009

Inhaltsverzeichnis

Die Psychologien des Selbst – Konvergente Perspektiven auf ein
vielfältiges Konzept

WERNER GREVE UND MAREN ETZOLD

7

Selbstauskunft als Basis: Die personale Perspektive

1. Selbstwert

PIA FENSKE, JANA C. JOACHIMS UND MIA C. ZINTARRA

25

2. Selbstwirksamkeit

JOHANNA DITTRICH, VANESSA FISCHER UND LEA HELLERMANN

40

3. Das Selbstschema des Menschen

LAURA LEFARTH, SARA SCHIERENBERG,
FIONA LU WILLEMS UND SARAH WOLF

63

4. Soziale Kategorisierung

SARA JOCKUSCH, MARIA MANCUSO UND MADITA WAHRHEIT

78

Selbstauskunft im Fluss: Die Entwicklungsperspektive

5. Kindheit

REBECCA NEUGEBAUER UND PETER WOLTER

97

6. Das Selbst im Jugendalter

KEZIA LARA DROSTE, DANIELA MARKWITZ,
NINA WEHRMAKER UND CHARLOTTE ZACH

116

7. Das Selbst im hohen Lebensalter

JAN-MARKUS FROMM, PETER JANIS KURLEMANN UND ANIKA SCHAUSTEN

136

Diesseits der Selbstauskunft: Die subpersonale Perspektive

8. Das kontextabhängige Selbst

CHRISTIN NICOLAI, LAURA CATHERINA SCHLIEBS UND LEA WETZEL

159

9. Selbstkomplexität

CHANTAL JANSSEN UND JANNIKA PYTTLICH

178

10. Das implizite Selbst

LISANN KILLIG UND ISABELLE PEIFFERT

200

11. Einblicke in die neurowissenschaftliche Erforschung des Selbst

JANINA BERG UND SARAH LOUISA WENDENBURG

216

Jenseits der Selbstauskunft

12. Das Selbst bei dementiellen Erkrankungen

CHRISTINA VON DREHLE, JENNIFER HEGENBART UND
ALEXANDRA VON THADDEN

243

13. Das Selbst unter dem Aspekt psychischer Erkrankungen

JEANNETTE KISSLER UND RAIKA WERNECKE

267

14. Das Selbst, das es nicht gibt?!

EVA MEINICKE UND GEORG SCHAMBER

290

Die Psychologien des Selbst – Konvergente Perspektiven auf ein vielfältiges Konzept

WERNER GREVE UND MAREN ETZOLD

Das unbezweifelbare und (in diesem Sinne) gewisse Erleben, jemand zu sein, die *Person* zu sein, die man eben ist, ist vermutlich der Ausgangspunkt nicht nur der Psychologie des Selbst, sondern nahezu aller menschlicher Erfahrung. *Wir* machen *unsere* Erfahrungen – es wären keine Erfahrungen, wenn nicht *wir* sie gemacht hätten. Auch wenn wir uns in unserer Biographie immer wieder, vielleicht andauernd, verändert haben und verändern, hat sich alles, was sich geändert hat, an *uns* („in“ *uns*) geändert. Nichts von alldem wäre denkbar, beschreibbar, ohne den Bezugspunkt des „ich“ („ich habe mich geändert“), und die Versuchung ist groß, daraus zu schließen, es müsse ein „ICH“, das der Kern (der „Sitz“) dieses Erlebens ist, und womöglich der Akteur dessen, was ich tue, in einem realen, womöglich handgreiflichen Sinne *geben*.

Das alltägliche Erleben („Folk Psychology“) hat keine Mühe, diese zunächst ja nur sprachlogische Kontinuität in eine ontologische zu überführen: Wir sind uns, sofern wir gesund sind und keine philosophischen Reflexionen anstellen, sicher, dass es nicht nur ein grammatisches, sondern auch ein reales Subjekt unserer Erfahrungen und Handlungen gibt: Wir tun, was wir tun, *weil* wir etwas wollen, denken und fühlen.

Die Psychologie hat am Anfang ihrer Geschichte als akademisches Fach (an der Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert) eben diese „Selbst-Verständlichkeit“ in zwei höchst unterschiedlichen Denkansätzen infrage gestellt. Der psychoanalytische Ansatz hatte argumentiert, das „Ich“ sei nur eine von mehreren Instanzen des psychischen Systems, eher Vermittler als Akteur, weder Ausgangspunkt noch entscheidende Steuerungsinstanz von Verhalten und Erleben. Auch wenn sich die empirische Prüfung vieler Annahmen dieser Theorie als schwierig erwies (siehe aber Greve & Roos, 1996), war die These (in Freuds vielzitiertester Redewendung), das Ich sei „nicht Herr im eigenen Haus“, äußerst einflussreich; jenseits wissenschaftlicher Diskussionen dürfte diese Vermutung eine kaum geringere a priori-Plausibilität haben als die Annahme, man sie eine Person.

Nochmals radikaler hatte anfangs des zwanzigsten Jahrhunderts der behavioristische Ansatz die Existenz, mindestens die explanatorische Relevanz „innerer“ Prozesse und funktionaler Einheiten rundheraus in Abrede gestellt („black box“). Damit war die Suche nach einem „Selbst“ für wenigstens zwei Jahrzehnte aus weiten Teilen der akademischen Psychologie verschwunden (nicht ohne sprachliche Absurditäten: es ist nicht einfach, konsistent zu behaupten: „ich glaube nicht an ein ich“). Erst in der Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts zeigte sich deutlicher, dass der Behaviorismus sich als dominantes Wissenschaftsparadigma jedenfalls unter diesem Namen nicht mehr lange würde halten können (in mancher Hinsicht und in vorsichtigeren konzeptuellem Gewand ist er freilich aktuell wie eh und je, etwa in den neurowissenschaftlichen Ansätzen der Psychologie). Zunächst in einzelnen Ansätzen der wissenschaftlichen Psychologie (insbesondere der humanistischen Psychologie, in der nicht nur die Person, sondern auch das Selbst geradezu im Mittelpunkt der Überlegungen – und auch der Interventionen – stand), aber immer mehr auch im Mainstream, mit der „kognitiven Wende“ der akademischen Psychologie, begann die allmähliche Rückkehr des Ego in die Lichtkegel der wissenschaftlichen Aufmerksamkeit, allerdings mit dramatisch verwandeltem Charakter. Aus der theoretischen Perspektive der Informationsverarbeitung, die das letzte Drittel des 20. Jahrhunderts dominierte, waren alle Möglichkeiten, „das Selbst“ essentialistisch zu verstehen, unrettbar gescheitert (diesen Wendepunkt markiert und reflektiert die Edition von Filipp, 1979, exemplarisch). Selbst in der subjektiven Wendung (als Selbstkonzept, als Selbstwertempfinden, als Selbstwirksamkeit) war aus „dem“ Selbst ein *plurale tantum* geworden, etwas, das man nur in der Vielzahl denken konnte. Mitte der achtziger Jahre hatten zahlreiche höchst einfallsreiche Experimente überzeugend gezeigt, wie flüchtig, wie kontextabhängig, wie leicht beeinflussbar das ist, was ich über mich zu wissen meine. Der vielleicht wertvollste Erbteil der akademisch unehmend marginalisierten Psychoanalyse, Anna Freunds Projekt der „Abwehrmechanismen“ des Ich (1936), trug, empirisch gewendet, dazu sein Teil bei: Zahlreiche Mechanismen beeinflussen, verzerren, erzeugen womöglich das, was ich von mir denke, im Dienste vieler Motive, Neigungen und Restriktionen meiner Innenwelt. So wurde aus dem Selbst, dass in zwei Jahrtausenden westlicher Denkgeschichte als Akteur, als „unabhängige Variable“ unverrückbar festgestanden hatte, schließlich die „abhängige Variable“: aus dem Produzenten das Produkt unserer Lebenserfahrungen.

Die Diskrepanz zwischen subjektivem Erleben und wissenschaftlicher Befundlage wurde dadurch nicht geringer, eher größer: Die Gewissheit, dass der bebrillte Junge auf jener alten Photographie (wie unähnlich er dem, der ich heute bin, auch sein mag) eben *ich* ist, kein anderer, diese Gewissheit muss, so scheint es, doch immer mindestens etwas gewisser sein

als alle Argumente, die daran zweifeln lassen wollen. Ist also doch, Daten hin, Befunde her, das Selbst als Fluchtpunkt meiner Existenz, als ihr Kern dann doch unbezweifelbar?

Wenn schon die kognitiven die Zweifel an der Existenz des Selbst eher schürte als beruhigte, so öffnete eine nochmals andere Argumentationslinie des zwanzigsten Jahrhunderts eine nochmals andere, nicht minder radikale Option: die Idee, das Selbst als soziale Konstruktion zu verstehen. Der Gedanke ist, als wissenschaftlicher Ansatz ebenso wie als soziale Praxis, nicht so alt, wie man vermuten könnte (Greve & Krankenhagen, 2018). Die zentrale Idee ließ sich zwanglos als eine geradezu zwingende Folgerung des Konstruktivismus vertreten, der These also, dass das, was wir über die Welt, und also auch über uns als Teil der Welt, zu erkennen meinen, Produkt, eben *Konstruktion* unseres arbeitenden Geistes sein muss, nie objektiv, immer subjektiv, immer gemacht, nie entdeckt. Eine Vielzahl von Versionen dieses Gedankens wurde in den Sozialwissenschaften spätestens zur Mitte des 20. Jahrhunderts so prominent, dass auch die Psychologie wenigstens die Blockbuster dieser Hitparade schlechterdings nicht ignorieren konnte. Der Labeling-Ansatz, dessen These es war, dass wir die zu sein meinen, als die andere uns betrachten (und uns sagen, die wir seien), ist ein Prototyp eines solchen Konstruktivismus.

Aber auch die Probleme dieses Ansatzes sind nicht gering (Greve & Enzmann, 2001). Empirisch zum Beispiel wurde schnell klar, dass wir längst nicht alles glauben, was uns über uns gesagt wird, und ganz gewiss nicht allein. Je mehr dies aber differenziert werden musste, desto klarer wurde, dass die differenzierende Instanz eben doch die Person selbst ist. Mindestens ein entmutigend komplexes Geflecht von Wechselwirkungen beliebig hoher Ordnung würde man annehmen müssen – und damit in die gedankliche Einbahnstraße der meisten dieser Ansätze Gegenverkehr einleiten. Kurz: Das Selbst schickte sich an, die Rolle des Gestalters der eigenen Person und ihrer Entwicklung wenigstens teilweise zurückzuerobieren. Nicht einmal der philosophische Tunnel unter empirischen Einwänden dieser Art hinweg erwies sich als gangbar, denn ein erkenntnistheoretischer Konstruktivismus ist, näher besehen, entweder inkonsistent oder inkonsequent. Inkonsistent ist er, wenn er wirklich konsequent zuende vertritt, dass *alles* ein Konstrukt meines erkennenden Geistes sein müsse, denn (wie es unübertrefflich Lewis Beck, 1976, formuliert hat) wenn der Solipsismus wahr ist, dann glaubt das niemand, denn ich glaube es nicht. Wenn man daher soweit nicht gehen kann wie der Solipsismus es konsequent fordert, dann muss man als ehrlicher Konstruktivist manche Einsichten aus dem allumfassenden konstruktivistischen Zweifel ausnehmen (zum Beispiel die Einsicht, dass der Konstruktivismus – ansonsten – wahr ist). Dann aber hat man exakt die Probleme, die jede andere Erkenntnistheorie auch hat: welches

sind sichere, wahre und damit von Erkennenden *unabhängige* Einsichten – und welche nicht? Nichts anderes aber wollen auch gewöhnliche Empiriker wissen. Und damit kehrt die Frage phoenixhaft zurück, auf die auch wir alle gern eine Antwort hätten: *gibt* es ein wahres, ein inneres, ein substanzielles Selbst, bin ich der, der meine Biografie erlebt, koproduziert hat?

Gewiss: Das, was wir als unsere Biographie erleben, ist je gegenwärtiges Produkt, nicht die kumulierte getreue Aufzeichnung dessen was war. Und in der Tat: Auch dann, wenn wir unsere Biographie nicht absichtsvoll schönen, wird sie das Produkt einer aktuellen Konstellation von mir („in mir“) sein. Schon im Moment des Erlebens erleben wir nicht alles, nehmen nicht alles wahr, geschweige denn alles auf, was wir erleben. Biographien, gedachte und allemal präsentierte, sind gemacht. Selbsttäuschungen aller Art, die Neigung, sich selbst im positiven Licht zu sehen, ein sehr selektives Gedächtnis gerade in Bezug auf die eigene Biografie – hundert Indizien sprechen dafür, dass unser Bild von uns selbst alles andere als ein vollständiges, realistisches und neutrales Archiv ist. Mein Denken, mein Fühlen, mein Handeln wird vielfach unterschiedlich reguliert, und ist obendrein nicht immer gut abgestimmt, leider. Wir hören uns Dinge sagen, sehen uns Dinge tun, die wir nicht mögen, wir haben gemischte Gefühle – wir sind oft uneins mit uns selbst. Präsentiert wird davon, immer, nur eine kleine aktuelle Auswahl.

Aber das ist nicht einmal die halbe Geschichte. Denn ich, der Präsentator meiner je aktuellen Biografie, bin ja stets auch ihr Produkt. Die Motive, Neigungen, Perspektiven, die meine Selbstpräsentation steuern, sind entstanden, haben sich nicht nur im Laufe meines Lebens, sondern durch den Lauf meines Lebens entwickelt. Die Biographie hat den Biographen ihrerseits gestaltet. Sie hat das so wenig mit Absicht und geplant getan wie ich, der Biograph, meine Biographie mit Absicht und geplant gestaltet und erzählt habe; selbst wenn es Absichten und Pläne dabei gegeben haben wird – das Produkt ist meiner Kontrolle ebenso wie meiner Wahl entzogen.

Zwar können die (Entwicklungs-)Prozesse, deren Produkt „ich“ bin (besser vielleicht doch: „wir“ sind), objektiv untersucht werden, jedenfalls im Prinzip, wie andere natürliche Prozesse auch (Greve, 2007). In der Tat und immerhin: Die Mechanismen des Selbst können wir, Schritt für Schritt, enträtseln.

Aber hilft uns das, wenn wir ein konkretes Individuum verstehen wollen: uns selbst, unseren Chef, unsere Ehepartner, unsere Kinder – uns alle? Hier, so scheint es, ist die gordische Verknotung der Perspektiven nur mit Gewalt aufzulösen. Sackgasse also, ohne Wendemöglichkeit?

Es fällt uns schwer, das zu glauben. Wir kennen uns selbst besser als jeder andere, nur wir haben *alles* erlebt, was uns betrifft, und Vieles von dem, was wir erlebt haben, *konnten* nur wir erleben: unsere Freude, unseren

Schmerz, unsere unausgesprochenen Wünsche, Ängste, Hoffnungen. Andere haben davon nur durch uns etwas erfahren können – wenn überhaupt. Jeder andere weiß unendlich viel weniger über mich als ich.

Jawohl: Wir ändern uns über die Spanne unseres Lebens andauernd. Meine Einstellungen, meine Fähigkeiten, meine Neigungen, die Person, in der ich wohne, ist so oft umgebaut worden, hat so viele Ersatzteile eingebaut, dass es schwer wird, noch Originalteile zu finden. Aber man wird diese unglaubliche Plastizität – von meinen Einstellungen bis zu meinen Neuronen – zunächst erfreut begrüßen müssen: Sie macht uns Menschen individuell anpassungsfähiger als jede andere Spezies der Erde. Zugleich aber ist sie eben auch beunruhigend, manchmal geradezu verstörend: Ist „Ich“ am Ende wirklich nicht mehr als der grammatisch erzwungene, aber substanziiell leere Platzhalter des sprachlichen Subjektes von Sätzen, die sich auf ein in permanentem Wandel begriffenes, äußerst dynamisches, geradezu flüchtiges System beziehen? Bin ich „niemand“ (Thomas Metzinger, 2008)? Und damit ist das Paradox, unverwüstlich offenbar, so rätselhaft wie es immer war.

Immerhin: Der Befund der *Stabilität* unseres Selbst ist kaum zu bestreiten. Jedenfalls im Erwachsenenalter ist unser Verhalten alles in allem so stabil, dass es empirisch erfolgreich ist, zentrale Tendenzen zu erfassen und vorherzusagen; eine ganze Teildisziplin der Psychologie, die Persönlichkeitspsychologie, ist auf der Grundlage dieser Annahme ein Jahrhundert lang äußerst erfolgreich. Mehr noch: Diese Vorhersagen gelingen nicht nur relativ gut, sondern immer besser, je älter wir sind. Dieses Phänomen der „kumulativen Stabilität“ ist gut dokumentiert, und es scheint dafür zu sprechen, dass es einen Grundbestand von Persönlichkeitseigenschaften (z. B. „die großen Fünf“), so etwas wie einen inneren Kern von uns gibt, der dafür sorgt, dass wir vorhersehbar, stabil – eben mit uns identisch bleiben.

Leider ist das keine Antwort auf unsere Frage. Denn diese Eigenschaften (z. B. Offenheit für Erfahrungen oder Verlässlichkeit) kann man natürlich nicht direkt sehen, wir schließen auf sie aufgrund der Stabilität von Selbstauskünften (die überwiegende Mehrheit von Persönlichkeitsstudien basieren auf Fragebögen) oder manchmal aufgrund der Stabilität von Verhalten (aus der Sicht anderer). Wir *nennen* jemand „ängstlich“ oder „verlässlich“, wenn er oder sie sich öfter oder leichter (in mehr Situationen) als andere ängstlich oder verlässlich verhält. Würden wir also die Frage, warum sich Werner gerade jetzt ängstlich verhält, mit Hinweis auf seine Eigenschaft beantworten („Warum tut der das?“ – „Weil das Teil seiner Persönlichkeit ist, weil der eben so ist!“), hätten wir nichts erklärt, sondern nur darauf hingewiesen, dass Werner das tatsächlich auch bisher schon öfter getan hat. Die Beobachtung ist wichtig, auch praktisch, sie mag eine Basis für Vorhersagen sein („the best prediction of future behavior is past behavi-

or“), aber sie erklärt nichts: Wir wissen immer noch nicht, *warum* Werner sich öfter als andere ängstlich verhält.

Freilich – Stabilität *gefällt* uns, wir brauchen sie, wir wollen sie. Je mehr wir unser Leben selbst bestimmen können, je mehr wir unsere Wohnung, unsere Beziehungen, unsere Tätigkeiten selbst wählen dürfen, desto seltener ändern wir es: Sind wir erst im selbstgewählten Leben angekommen, gibt es ja auch (meistens) keinen Grund mehr, etwas zu ändern (je älter wir werden, desto seltener ziehen wir um – wenn wir nicht müssen). Das frappante Phänomen der „kumulativen Stabilität“ könnte also einfach Ausdruck davon sein, dass unser Wunsch nach Stabilität immer effektiver realisiert wird.

Aber auch das ist noch keine überzeugende Antwort, aus zwei Gründen. Zum ersten bleibt die Frage offen, warum wir Stabilität wollen. Zwar könnte man über die Funktionalität von Stabilität noch plausible Vermutung anstellen (Verlässlichkeit ist eine Voraussetzung für gelingende Kooperation, auf die wir Menschen als soziale Lebewesen notwendig angewiesen sind), aber es ist schwierig, solche Hypothesen („Menschen sind stabil, weil das funktional ist“) empirisch zu prüfen (zumal manchmal gerade Veränderung funktional ist). Vor allem aber bleibt, zweitens, die Frage unbeantwortet, *wie* es uns gelingt, uns in sich wandelnden Umwelten und als sich lebenslang verändernde Lebewesen relativ stabil (vorhersehbar) zu verhalten und uns selbst als stabil zu erleben – und dabei doch immer wieder an neue Herausforderungen angepasst zu handeln. Und eben: Die älteste Handlungstheorie der westlichen Tradition (Aristoteles) erinnert uns an die uns allen vertraute Überzeugung, dass unser Verhalten, jedenfalls unser absichtliches Verhalten, von unseren Wünschen und Zielen, unseren Überzeugungen – kurz: von unserem Selbst gesteuert wird. Und wenn unser Selbst, unser Selbstbild, unser Selbstwert stabil ist (wie eine Vielzahl von Befunden zeigt), dann hat diese Stabilität des Selbst natürlich Folgen für unser Verhalten und erzeugt so den Eindruck von „Persönlichkeit“, aber das *erklärt* sie leider nicht. Wie kann man die Stabilität des Selbst aber erklären, wie kommt sie zustande, wie erhalten wir sie aufrecht – wo sich doch offenbar so viel in uns und um uns ändert?

Auch die klassische Idee der Abwehrmechanismen (Anna Freud, 1936) reicht nicht aus, obwohl eine erhebliche Zahl solcher Mechanismen inzwischen gut untersucht und belegt ist: Wir schreiben Erfolge uns selbst, Misserfolge aber den Umständen zu, wir präsentieren uns in günstigem Licht, wir vergessen Misserfolge leichter als Erfolge, wir glauben realistische Rückmeldungen, aber wir lieben schmeichelhafte – die Vielfalt defensiver Prozesse ist eindrucksvoll. Aber auch sie alleine können die Stabilität des Selbst nicht erklären, denn defensive Mechanismen haben Kosten: An irgendeinem Punkt verkennen sie Realitäten, die zur Kenntnis zu nehmen

mitunter wichtig sein könnte. Wir müssen uns selbst, gerade unsere Grenzen und Schwächen, vielleicht nicht so genau wie möglich, aber doch so genau wie nötig kennen, wenn unsere Pläne und Handlungen nicht dauernd scheitern sollen. Also brauchen wir auch Selbst-Stabilisierungsprozesse, die Wirklichkeiten, auch unangenehme, akzeptieren. Wie könnte so etwas aussehen?

Ein Beispiel ist der Mechanismus der „Selbstimmunisierung“ (Greve & Wentura, 2010). Wenn ich überzeugt bin, ein gutes Gedächtnis zu haben, und mir mein gutes Gedächtnis auch wichtig ist, wenn ich aber (mit zunehmendem Alter) häufiger feststellen muss, einzelne Dinge nicht mehr zuverlässig zu erinnern (Einkaufslisten, Namen von Personen, wichtige Termine), kann ich meine Überzeugung dadurch aufrecht erhalten, dass ich „gutes Gedächtnis“ über solche Fertigkeiten definiere, die ich noch gut kann (z. B. Gedichte erinnern, die ich in der Schulzeit auswendig lernen musste; Details in meinem Hobby, die ich gut verfügbar habe etc.): „Dies alles *kann* ich ja einwandfrei – also *habe* ich ein gutes Gedächtnis! Für Einkaufslisten gibt es ja Zettel, damit belaste ich mein Gedächtnis doch gar nicht!“ Dieser Prozess bietet den gesuchten Kompromiss, weil ich einerseits einen wichtigen Teil meines Selbstbildes aufrechterhalte („Ich habe ein gutes Gedächtnis“), andererseits aber auf reale Veränderungen angemessen reagiere („Zum Einkaufen schreibe ich besser Zettel“).

Gut, aber nicht gut genug. Denn dieses Manöver ist nicht unbegrenzt auszudehnen. Solange ich nur Dinge beim Einkaufen vergesse, mag es noch angehen, diesen Punkt für nicht aussagekräftig zu halten. Aber wenn das auch wichtigere Dinge betrifft, dann ist die Grenze der Selbstimmunisierung erreicht. Wie kann ich die Gewissheit, ich sei in wesentlichen Punkten noch ich selbst, noch immer derselbe, auch dann aufrechterhalten, wenn mein Gedächtnis, das mir immer so wichtig war, ernstlich nachzulassen beginnt? Nun, vielleicht ist es, recht besehen, gar nicht so wichtig, wie ich immer dachte? Wenn ich es recht bedenke ist doch *wirklich* wichtig, dass ich ein freundlicher, unterstützender Mensch bin, das eigentlich macht mich wesentlich aus – hat es doch eigentlich immer schon, nicht wahr? Dieser Mechanismus, der nicht selbstbezogene Überzeugungen, sondern ihre Wichtigkeit betrifft, ist insbesondere im Rahmen der „Zwei-Prozess-Modells“ der Entwicklungsregulation (Jochen Brandtstädter, 2007) untersucht worden. Es lässt sich zeigen, dass dann, wenn wir an einer für unser Selbstverständnis bedrohlichen Entwicklung nichts ändern können, diese Form der „akkommodativen“ Anpassung nicht nur zur Zufriedenheit und Lebensqualität, sondern eben auch zu dem Gefühl beiträgt, man sei noch der, der man immer war. Der springende Punkt ist, wie bei der Selbstimmunisierung, auch hier, dass Veränderungen *nicht* geleugnet werden, sondern ihre Bedeutung verändert wird. So kann ich auf Veränderungen, auch in für

mich ursprünglich wichtigen Bereichen, angemessen reagieren, ohne meine Identität grundsätzlich infrage stellen zu müssen, ohne das mein „Ich“, meine Identität gefährdet wäre.

„Das Selbst“ ist, wenn diese Überlegungen zutrifft, also keine stabile Größe, nicht der unveränderliche Kern unserer Person, nicht die „Substanz“ unserer Identität. Es verändert sich vielmehr immer wieder, um sich den lebenslangen Veränderungen von uns und unserer Umwelt anzupassen, damit wir handlungsfähig bleiben. Gleichzeitig aber wird – parallel zu den selbstbezogenen Überzeugungen („Selbst-Theorien“) – auch ihre relative Bedeutung permanent angepasst: Das, was ich gut kann, ist wichtig, das, was ich weniger gut kann, ist weniger wichtig.

Und damit gelangen wir an einen Punkt, der uns schon einmal begegnet ist: Konstanter als die Inhalte des Selbst sind offenbar die Prozesse des Selbst, jene Mechanismen, die dafür sorgen, dass wir uns jederzeit als „ich“ erleben (wenn wohl auch in verschiedenen Kontexten je verschieden), die dafür sorgen, dass das Wichtige erhalten bleibt (und auch: dass das Erhalten gebliebene wichtig ist). Die Rede von „Selbsterfahrung“ oder von „Selbstbewusstsein“ ist dann nicht der buchstäbliche Blick nach innen, sondern eine Metapher für einen höchst komplexen, für einen permanenten Konstruktionsprozess, der Kontinuität, auch Stabilität herstellt. In diesem Sinne ist in der Tat, das Selbst permanent in der Veränderung. Immerhin: Auch dies ist eine Selbsterkenntnis.

Wir sind immer „in Arbeit“, immer in Bewegung. Aber daraus den Schluss zu ziehen, es gebe kein Selbst, wir seien also „Niemand“, ein flüchtiges Geschehen, immer nur Prozess, niemals Produkt, ist irreführend. Der Rhein, an dessen Ufer wir stehen, ist natürlich, nähme man es physikalisch, nicht mehr derselbe Rhein wie gestern oder morgen: das Wasser ist ein anderes, sein Bett hat sich (ein wenig) verändert, seine Temperatur – alles eben. Wenn man mehr als ein paar Tage Differenz betrachtet, ein halbes Jahrhundert zum Beispiel, hat er sich völlig verändert – ist ein „ganz anderer“ geworden. Gewiss. Aber es ist natürlich dennoch ohne Zweifel richtig, dass dies derselbe Rhein wie immer ist: er war nie, und wird nie sein, die Mosel oder der Main (obwohl deren Wasser später Rheinwasser wurde), auch nicht die Donau (obwohl das Wasser, das aus ihr verdunstet ist, vielleicht auch einmal – via Regen – Rheinwasser wurde), vom Nil ganz zu schweigen. Identität ist nicht unbedingt eine physikalische oder anderweitige Detail-Identität; tatsächlich kommt es auf sie kaum an, beim Rhein nicht und auch nicht bei uns. Die Struktur dessen, was wir als die Person („den Rhein“) anzusehen jedes Recht haben, hat sich nicht wesentlich geändert, und zu dieser Struktur gehört auch in eingebettet sein in einen Kontext. Wir sind (und sind eingebettet in) „Entwicklungssysteme“. Das Zusammen-

menspiel ist das Wesentliche, nicht die buchstäbliche Identität der Teile, die da zusammenspielen.

So sind, näher besehen, Kontinuität und Wandel keine Gegensätze, sondern komplementäre Perspektiven. Beides wird erklärt durch das komplizierte Ineinandergreifen vieler Prozesse, die gemeinsam das hervorbringen und sichern, was wir Identität nennen können: in wichtiger Hinsicht derselbe, dieselbe, dasselbe zu sein. Wir sind wir, nicht obwohl, sondern weil wir uns dauernd verändern und anpassen. Könnten wir das nicht, wären wir gar nicht mehr, also auch nicht mehr wir.

Folgerichtig ist, spätestens seit der Wende zum 21. Jahrhundert, Pluralität die Antwort der Psychologie des Selbst geworden. An die Stelle einer (Suche nach einer) einheitlichen Theorie des Selbst tritt die nur lose gebündelte Versammlung von heterogenen Ansätzen unterschiedlichster Reichweite und empirischer Fundierung (z. B. Greve, 2000; Leary & Tangey, 2012). Man kann die Dispensierung der Suche nach einer integrativen Theorie bedauern, aber man muss sie zur Kenntnis nehmen. Der Gewinn dieser Selbstbeschränkung liegt vielleicht darin, dass die zahlreichen kleinen Ansätze, die unter dem weiten Dach einer Psychologie des Selbst versammelt werden können, zwar detailliert, aber auch detailliert untersucht werden. Der Fortschritt, der dabei im Kleinen erzielt werden kann, ist vielleicht so gering nicht – allemal macht er es lohnend und wichtig, ihn sorgfältig immer wieder zu bilanzieren.

Das vorliegende Buch besteht aus 14 Kapiteln, die von Studierenden im Masterstudiengang Psychologie der Universität Hildesheim verfasst wurden. In jedem Kapitel wird eine andere Perspektive auf das Selbst näher betrachtet, genauer beschrieben und abwägend diskutiert. Ihr Zweck ist es – das dürfte nach dem bislang gesagten auch klar sein – nicht, ein abschließendes Urteil zu fällen, ein einheitliches Bild zu konturieren, sondern gerade die Vielfalt der Ansätze und Perspektiven, der Methoden und Argumente, auch der Schwierigkeiten und Rätsel zu zeigen. Das Projekt ist intendiert auch als eine Neubetrachtung und Erweiterung der vor fast zwei Dekaden entstandenen Edition (Greve, 2000), aber alle Kapitel gehen über eine Aktualisierung deutlich hinaus, und viele sind auch thematisch ganz neu hinzugekommen.

Die Kapitel lassen sich, in grober Anordnung, vier Abschnitten zuteilen. Die ersten vier Kapitel beziehen sich auf jene Aspekte des Selbst, über die die Person selbst Auskunft geben kann, die die Person als betrachtete, vielleicht agierende Einheit fokussieren.

Das Selbstwertempfinden kann zunächst als Persönlichkeitseigenschaft verstanden werden, die besonders in der Lebensmitte recht stabil ist. Personen mit hohem Selbstwert sind zufriedener mit ihrem Leben und erfolgreicher in interpersonellen Beziehungen als Personen mit geringem Selbstwert. Außerdem ist ein niedriger Selbstwert oft assoziiert mit Depressionen und Ängsten – dennoch ist die Einschätzung der eigenen Fähigkeiten gerade bei diesen Personen realistischer, was zur Selbstüberschätzung bei Menschen mit hohem Selbstwert führen kann. Das erste Kapitel dieses Buches beschreibt darüber hinaus Selbstwert als situationalen Zustand, in spezifischen Bereichen, Unterschiede zwischen den Geschlechtern sowie verschiedene Instrumente zur Erfassung und diskutiert abschließend auf eindrucksvolle Weise mögliche Zusammenhänge zwischen Selbstwertempfinden und aggressivem Verhalten.

Das Konstrukt der Selbstwirksamkeit ist elementar für sämtliche Bereiche des menschlichen Lebens und dementsprechend viel beforscht. Die subjektive Einschätzung der persönlichen Fähigkeiten eines Individuums bedingt unweigerlich dessen Verhalten und somit jede einzelne Handlung. Personen mit hohen Selbstwirksamkeitserwartungen wählen herausforderndere Handlungsalternativen und zeichnen sich durch ein höheres Durchhaltevermögen aus, als Personen mit geringen Selbstwirksamkeitserwartungen. Essenziell für die Ausbildung positiver Erwartungen über die Wirksamkeit des eigenen Verhaltens ist das frühkindliche Erleben von Handlungskontrolle. Das Kapitel gibt Einblicke in weitere Quellen der Selbstwirksamkeit und diskutiert die Auswirkungen auf Berufswahl- und Erfolg, Problembewältigung, gesundheitsförderliches Verhalten und den Umgang mit Krankheit sowie Ansatzpunkte zur Förderung der Selbstwirksamkeit.

Selbstschemata sind kognitive Strukturen, die zentrale Annahmen über das Individuum beinhalten und der Organisation selbstbezogener Informationen dienen. Das Selbstschema sowie Subschemata bilden sich während des Heranwachsens aus und stabilisieren sich anschließend, um den psychologischen Motiven der Selbstwerterhöhung und des Konsistenzstrebens Rechnung zu tragen. Informationen aus der Umwelt werden selektiv verarbeitet, sodass sich Annahmen über das Selbst verstärken bzw. festigen – sowohl bei gesunden Personen im Sinne des Self-Serving-Bias, als auch bei depressiven Personen mit depressogenem Attributionsstil. Bei Kurzzeit-Depressiven finden sich schlechter entwickelte Selbstschemata als bei Gesunden und Langzeit-Depressiven, sodass die Autoren des Kapitels verschiedene Überlegungen zur Entstehung von Depressionen und dysfunktionalen Selbstschemata anstellen.

Die soziale Identität eines Menschen ergibt sich durch die Zuordnung zu sozialen Gruppen, die sowohl vom Individuum selbst als auch von seinem Umfeld vorgenommen wird. Dabei gibt es interindividuelle Unterschiede

in der Menge und Komplexität von Gruppenzugehörigkeiten, die wiederum Auswirkungen auf die Zuordnung anderer Personen zur eigenen In-group, sowie Stressempfinden bei Veränderungen (wie dem Verlust einer alten sozialen Identität) haben. Das Zugehörigkeitsgefühl und die Verbundenheit zu anderen Gruppenmitgliedern sind zentral für das Erhalten und Annehmen sozialer Unterstützung und somit das generelle Wohlbefinden. Die Autoren beziehen die sozialpsychologischen Theorien auf gesellschafts-politische Phänomene wie den Umgang mit sozialen Medien, Migration und Religion und leisten somit einen wichtigen Beitrag zum Verständnis aktueller gesellschaftlicher (und persönlicher) Konflikte.

Die zweite Perspektive, die vor dem Hintergrund der oben diskutierten permanenten Dynamik des Selbst von besonderer Bedeutung für seine Untersuchung ist, ist die Entwicklungsperspektive.

Das Kapitel „Kindheit“ behandelt die Entstehung des Selbst im Zeitraum zwischen der Geburt und dem Grundschulalter. Dabei wird ein fünfstufiges Modell zur Entwicklung des Bewusstseins über das Selbst von Rochat vorgestellt und die Stufen anhand verschiedener Verhaltensweisen und Erkennensleistungen von Säuglingen und Kleinkindern bei der Betrachtung ihres eigenen Spiegelbildes beschrieben. Grundlegend für solch ein Selbstbewusstsein sind das Vorhandensein der psychologischen Fähigkeiten des Sense of Agency und der Theory of Mind. Diskutiert werden darüber hinaus die Validität der Erfassung über die Selbsterkennensleistung im Spiegel sowie der Vergleich zu Primaten. Es werden somit Limitierungen der Forschung mit Säuglingen und Tieren aufgezeigt und ein philosophischer Gedanke über die Bedeutung von Selbstbewusstsein angestoßen.

Mit der Reifung des Gehirns wie seiner kognitiven Kompetenzen wird der Mensch in der Adoleszenz zu einer ausdifferenzierteren Auseinandersetzung mit sich selbst befähigt und begegnet der Selbst- und Identitätsfindung als zentraler Entwicklungsaufgabe des Jugendalters. Das Kapitel stellt das Konzept der Identitätsentwicklung durch psychosoziale Krisen nach Erikson vor, das den Einfluss der Qualität der Lösungen in der Kindheit bewältigter Krisen auf die erfolgreiche Identitätsbildung betont. Daneben werden die vier Identitätsstadien nach Marcia erläutert und darauf hingewiesen, dass die Identitätsentwicklung nicht mit dem Eintritt in das Erwachsenenalter abgeschlossen ist, sondern die Stadien dynamisch sind. Außerdem werden die Organisation des Selbstkonzepts in hierarchische, multidimensionale Strukturen sowie das Modell der selbstbezogenen Informationsverarbeitung vorgestellt. Das Kapitel schlägt über die Beschreibung bedeutsamer Lebensbereiche wie Schule und Peers den Bogen zu Fehlentwicklungen des Selbst anhand des Beispiels der Jugenddelinquenz.

Die Dynamiken des Erwachsenenalters, die die Psychologie des Selbst aus persönlichkeits- und sozialpsychologischer Sicht bestimmen, ja aus-

machen, sind oben beschrieben worden (Selbstregulation, Immunisierung etc.). Es ist wichtig zu sehen, dass nicht nur die Lebensabschnitte davor, sondern auch danach von höchster Dynamik geprägt werden

Das hohe Lebensalter ist zum einen von einer Rückschau auf das eigene Leben geprägt, die nach Erikson entweder zur Bewältigung in Form einer Ich-Integrität führt oder bei Nicht-Akzeptanz der eigenen Geschichte Verzweiflung auslöst. Darüber hinaus zeigt der Ansatz der Gerotranszendenz die Möglichkeit des Überwindens von Dingen auf, das zu einem weisen, erhabenen Zustand führen kann. Auch der psychoanalytische Individuationsgedanke weist auf eine solche höhere Ebene des Selbsterkennens hin. Zum anderen steht der alternde Mensch der Bedrohung des Selbst durch körperliche und geistige Verluste gegenüber, die durch einen nach vorne gerichteten Blick kompensiert und neu bewertet werden können. Konzepte wie Selbstkomplexität und Selbstregulation werden als Bewältigungsstrategien vorgestellt. Das nahende Lebensende ist zentraler Bestandteil des letzten Lebensabschnitts, sodass das Kapitel einen Exkurs zum Thema Sterben macht.

Wenn die oben skizzierten Überlegungen nicht fehlgegangen sind, dann muss der zentrale Focus einer aktuellen Psychologie des Selbst die Suche nach den Prozessen sein, die subpersonal das gestalten, was wir personal als unser Selbst erleben. Sie werden, vielleicht, erklären, warum wir uns als Person erleben (nicht als Personen), als Einheit, als „Ich“. Die theoretische wie methodische Herausforderung besteht darin, dass diese Prozesse sich der Selbstbeobachtung weitgehend entziehen.

Das Kapitel zum kontextabhängigen Selbst behandelt die Idee, dass sich die Wahrnehmung des Selbst über verschiedene Situationen hinweg unterscheidet. Essenziell für die Selbstwahrnehmung sind die Gedächtnisinhalte, die durch den Kontext zugänglich gemacht werden und die kulturabhängige Tendenz zu independentem oder interdependentem Selbstwissen. Das semantisch-prozedurale Interface Modell gibt Einblicke in die Informationsverarbeitung selbstbezogenen Wissens, wohingegen das sozialökologische Modell verschiedene Kontextebenen betont, die in Wechselwirkung zueinanderstehen. Das Kapitel beinhaltet eine ausführliche Beschreibung der zugrunde liegenden Mechanismen der Modelle und untermauert die Annahmen mit empirischer Evidenz aus verschiedenen Studien.

Die Selbstkomplexität eines Individuums wird durch die Anzahl und Distinktheit seiner verschiedenen Selbstkonstrukte bzw. Selbstaspekte charakterisiert und ist potenziell dynamisch über die Lebensspanne hinweg. Eine geringe Selbstkomplexität ist mit einer erhöhten Vulnerabilität für Stimmungsschwankungen, Stress und Depressionen assoziiert, da im Sinne eines Spill-Over-Effects negative Rückmeldungen bezüglich eines Lebensbereichs eher auf das gesamte Selbst generalisiert werden. Das Kapitel erläu-

tert die Thesen Patricia Linvilles und geht ausführlich auf die methodischen Schwierigkeiten bei der Erforschung von Selbstkomplexität ein. Eingebettet werden diese Ausführungen in Modelle zur Organisation von Wissen sowie die Veranschaulichung alternativer, impliziter Messmethoden. Zudem wird kurz auf das Thema „negative Selbstkomplexität“ eingegangen und ein Bezug zu zuvor beschriebenen Hypothesen hergestellt.

Die dabei angerissenen impliziten Messverfahren werden im Kapitel „Das implizite Selbst“ konkretisiert und vertieft. Gegenstand ist hier die Frage nach dem „wahren“ Selbst und damit, ob sich äußerbare Selbsteinschätzungen von unbewussten Einstellungen unterscheiden. Zunächst wird beispielhaft der implizite Selbstwert herangezogen, der als guter Prädiktor für spontanes, impulsives und nonverbales Verhalten gilt. Es folgt eine Darstellung der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen, die zwischen Intentions- und Extensionsgedächtnis unterscheidet und einen Erklärungsversuch für eine defizitäre Selbstkongruenz in manchen Lebenslagen bietet. Auch in diesem Kapitel wird auf Probleme der Erfassung impliziter Anteile hingewiesen und überdies der praktische Mehrwert impliziter Testungen hinterfragt.

Eine weitere Möglichkeit, das Selbst zu erforschen, bieten die Neurowissenschaften mithilfe bildgebender Verfahren. Das Default Mode Network (DMN) ist ein auf die selbstreferentielle Informationsverarbeitung spezialisiertes System verschiedener neuroanatomischer Areale, das sich durch eine hohe neurale Interkonnektivität auszeichnet. Es ist an Fähigkeiten wie Empathie und Theory of Mind beteiligt, die einer Perspektivübernahme bedürfen und somit mit der Differenzierung zwischen Selbst und Anderen assoziiert sind. Das im DMN auftretende synchrone Aktivierungsmuster der Resting State Activity (RSA) zeigt sich in Zuständen entspannter Wachheit, die ein von äußeren Reizen unabhängiges Denken und somit Prozesse wie Tagträumen, autobiografisches Erinnern, Mentalisieren und Selbstreflexion ermöglichen. Das Kapitel gibt ferner Einblicke in die Reifung des DMN, weitere Thesen zur Verortung des Selbst im ZNS sowie Kritik an der neurowissenschaftlichen Methodik.

Im letzten Teil des Buches, der sich dem Selbst jenseits der Selbstauskunft widmet, werden zunächst zwei Formen dementieller Erkrankungen beschrieben und hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf autobiografische Erinnerungen und die Persönlichkeit diskutiert. Es stellt sich die Frage, ob das Selbst im Zuge degenerativer Prozesse der Erkrankung abhandenkommt oder – wie auch bei anderen Personen im hohen Lebensalter – hinsichtlich der Verluste aktualisiert und neu konstruiert wird. Auch dieses Kapitel erörtert die Problematiken verschiedener Definitionen des Selbst und der, auf Selbstberichten fußenden, Messung des Konstrukts. Darüber hinaus werden Einblicke in verschiedene Formen der Therapie mit Demenzpatienten

gegeben sowie ein anderer Blickwinkel auf das Selbst eröffnet, der sich aus einer Perspektive des Defizits dem Thema nähert.

An diese Perspektive schließt das Kapitel „Das Selbst unter dem Aspekt psychischer Störungen“ an. In diesem werden beispielhaft die Borderline Persönlichkeitsstörung und die Schizophrenie beschrieben und Theorien zu deren Entstehung aus den Perspektiven der Entwicklungs-, analytischen und Neuropsychologie vorgestellt. Es werden sowohl ungünstige Auswirkungen psychischer Erkrankungen auf Aspekte des Selbst behandelt, als auch die Frage nach der defizitäreren Entwicklung basaler Selbstfunktionen als Ursache für psychische Störungen erörtert. Beide Störungsbilder sind von einer eingeschränkten Mentalisierungsfähigkeit geprägt, sodass die Interaktion mit anderen Menschen und somit auch die Abgrenzung zwischen Selbst und Anderen (Nicht-Selbst) erheblich erschwert ist.

Den Abschluss des vorliegenden Werkes bildet ein Kapitel, das das Selbst als Illusion betrachtet. Es wird darauf hingewiesen, dass das Selbst immer eine theoretische Konstruktion ist, die sich aus der eigenen Wahrnehmung speist. Gegenübergestellt werden hier die Auseinandersetzung mit dem Selbst durch empirische Wissenschaften, die die Identitätsbildung eines zusammenhängenden narrativen Selbst als evolutionär notwendig für die Orientierung in der Welt betrachten und eine Herangehensweise, die in theologisch-philosophischer Manier die Existenz eines Selbst infrage stellt. Dem buddhistischen Verständnis des Nicht-Selbst, dass die Selbstkonstruktion als Quelle des Leids betrachtet und ein ausschließliches Wahrnehmen ohne die Zuschreibung von Sinn empfiehlt, wird in diesem Kapitel besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Dabei wird das Spannungsverhältnis zwischen dem Überleben-Müssen in einer von Regeln geleiteten sozialen Umwelt und der Möglichkeit des Findens von Erlösung von eben diesen rigiden Denkmustern und Strukturen verdeutlicht. Als praktisches Konzept zum Umgang mit den, im Kapitel erläuterten Erkenntnissen, wird das Praktizieren von Achtsamkeit mit den bekannten positiven Folgen für Individuen empfohlen.

Die vorliegende Edition ist als Studentisches Projekt konzipiert, aber alle Beiträge sind von Kolleginnen und Kollegen geschrieben: Jede_r Autor der hier versammelten Kapitel hat einen akademischen Abschluss in Psychologie. Und wie es sich unter Kolleg_innen hat der Herausgeber in die Kapitel nicht inhaltlich eingegriffen. Alle Beiträge wurden in teilweise vielen Gesprächen geplant, alle wurden aufgrund von Hinweisen revidiert, mitunter mehr als einmal, aber alle sind vollständig unter der Kontrolle ihrer Autor_innen geblieben: Das letzte Wort hatten immer sie, niemals

der Herausgeber. So ist das Buch inhaltlich, in der Wahl der Akzente und Schwerpunkte, schon in der Wahl der Themen, und gewiss in der Wahl der Worte so vielfältig wie das Thema, von dem das Buch handelt. Wenn dies dazu beitragen könnte, nicht nur alle Betragenden, sondern auch alle Lesenden zu weiterem Nachdenken, zu divergentem Reflektieren über das Selbst einzuladen, aufzufordern, wären alle, die hier mitgearbeitet haben, reich belohnt.

Literatur

- Beck, L. W. (1976). Akteur und Betrachter. München: Beck.
- Brandtstädter, J. (2007). Das flexible Selbst. München: Elsevier.
- Filipp, S.-H. (Hrsg.) (1979). Selbstkonzeptforschung. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Freud, A. (1936/2012). Das Ich und die Abwehrmechanismen. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Greve, W. (2007). Selbst und Identität im Lebenslauf. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Eds.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne* (S. 305-336). Stuttgart: Kohlhammer.
- Greve, W. (Hrsg.) (2000). *Psychologie des Selbst*. Weinheim: Beltz.
- Greve, W. & Enzmann, D. (2001). Etikettierungen im Jugendstrafvollzug? Wider einige Gewissheiten des Labeling-Ansatzes. In M. Bereswill & W. Greve (Hrsg.), *Forschungsthema Strafvollzug* (S. 207-250). Baden-Baden: Nomos.
- Greve, W. & Krankenhagen, S. (2018). Authentische Fiktionen. Selbst-Darstellung und Identitätskonstruktion bei William F. Cody und Karl May. *Kulturwissenschaftliche Zeitschrift*. DOI: <https://doi.org/10.2478/kwg-2017-0002>
- Greve, W. & Roos, J. (1996). Der Untergang des Ödipuskomplexes. Argumente gegen einen Mythos. Bern: Huber.
- Greve, W. & Wentura, D. (2010). True Lies: Self-Stabilization Without Self-Deception. *Consciousness & Cognition*, 16, 721-730.
- Leary, M.R. & Tangney, J.P. (Eds.) (2012). *Handbook of self and identity* (2nd ed.). New York: Guilford.
- Metzinger, T. (2004). *Being no one*. MIT Press.

Selbstauskunft als Basis: Die personale Perspektive

1. Selbstwert

PIA FENSKE, JANA C. JOACHIMS UND MIA C. ZINTARRA

„Frau S. hat eine hohe Selbstachtung“ oder „Sie sollte sich selbst mehr wertschätzen“. Das sind Sätze, die wir täglich hören und selbst benutzen. Aber was meinen wir genau damit, wenn wir sagen, dass Frau S. einen hohen Selbstwert hat? Ist sie dann selbstbewusst und hat ein hohes Vertrauen in sich selbst? Meinen wir damit, dass sie sich häufig als selbstwirksam erlebt? Oder meinen wir etwas vollkommen Anderes?

In unserem Alltag benutzen wir diese Wörter und Ausdrücke oft ohne nachzudenken, aber was genau steckt eigentlich hinter dem Konstrukt des Selbstwertes?

Schon in einem der ersten Psychologiebücher erwähnte William James (1890), dass die Tendenz nach einem guten Selbstwertgefühl zu streben, einer der fundamentalsten Aspekte der menschlichen Natur ist. Dies ist einer der Gründe, warum sich so viele unterschiedliche Disziplinen der Psychologie mit dem Konstrukt des Selbstwertes beschäftigen. Genauer betrachtet, stellt man fest, dass die Disziplinen sich jeweils mit unterschiedlichen Aspekten des Selbstwertes auseinandersetzen. So untersucht die Persönlichkeitspsychologie zum Beispiel die individuellen Unterschiede des Selbstwertes, wohingegen sich die Entwicklungspsychologie auf die Rolle des Selbstwertes in der menschlichen Evolution konzentriert. Die Sozialpsychologie wiederum beschäftigt sich mit Verhaltensweisen, die den Selbstwert stärken und aufrechterhalten sollen (Leary, 1999).

Der Selbstwert spielt in einer Vielzahl von wissenschaftlichen Zweigen eine wichtige Rolle, was dazu führt, dass es keine einheitliche Definition des Konstruktes gibt. Begriffe wie beispielsweise Selbstwertempfinden, Selbstachtung, Selbstbewertung und Selbstwertgefühl werden oft synonym verwendet, während andere Konstrukte wie Selbstwirksamkeit, Selbstbestätigung, Selbstvertrauen und Selbstkonzept fälschlicherweise mit dem des Selbstwertes gleichgesetzt werden.

Um solchen Missverständnissen aus dem Weg zu gehen, definieren wir in diesem Kapitel den Begriff Selbstwert als die Bewertung des Selbstbildes und damit als eine grundlegende Einstellung zur eigenen Person (Schütz, 2014).

1.1 Spezifischer und globaler Selbstwert

Lange Zeit wurde der Begriff Selbstwert für jedes Konzept verwendet, das mit der Bewertung der eigenen Person zusammenhängt. Allerdings ist es wichtig, zwischen einem globalen und spezifischen Selbstwert zu unterscheiden, da es sonst zu widersprüchlichen Ergebnissen kommt. Globaler und spezifischer Selbstwert sind zwei unterschiedliche Konstrukte, die nicht äquivalent zu gebrauchen sind (Marsh, 1986).

Unter dem globalen Selbstwert versteht man die positive oder negative Einstellung eines Individuums gegenüber dem Selbst als Gesamtheit (Rosenberg, Schooler, Schoenbach & Rosenberg, 1995), wohingegen der spezifische Selbstwert sich darauf bezieht, wie Menschen ihre diversen Fähigkeiten und Eigenschaften bewerten (Brown & Marshall, 2006). Aber wie hängen die beiden Formen des Selbstwertes zusammen und wie verhalten sie sich in Verbindung mit anderen Konstrukten?

Rosenberg et al. (1995) untersuchten, wie der globale und spezifische, in diesem Fall akademische Selbstwert, zusammenhängen und wie sie mit psychischem Wohlbefinden und der Schulleistung korrelieren. Der globale und der spezifische Selbstwert sind weder äquivalent noch austauschbar. Außerdem wird der Effekt des spezifischen Selbstwertes auf den globalen Selbstwert vom Grad der individuellen Bewertung des relevanten Funktionsbereiches beeinflusst.

Der globale Selbstwert korreliert deutlich stärker mit Maßen des psychologischen Wohlbefindens mit Ausnahme von Schuldgefühlen, wohingegen der spezifische, akademische Selbstwert mehr mit der Schulleistung korreliert und damit auch ein deutlich besserer Prädiktor ist, um diese vorherzusagen.

1.2 Geschlechterunterschiede

In bisherigen Studien wurden nur geringe Geschlechterunterschiede bezüglich des globalen Selbstwertes gefunden (Kling, Hyde, Showers & Buswell, 1999; Major, Barr, Zubek & Babey, 1999). Diese Studien konzentrierten sich allerdings nur auf den globalen und nicht auf den spezifischen Selbstwert.

In einer Metaanalyse von Gentile et al. (2009) wurden Geschlechterunterschiede in 10 spezifischen Selbstwertbereichen untersucht, wie zum Beispiel physische Erscheinung, sportlicher Selbstwert oder akademischer Selbstwert.

Die Ergebnisse der Studie zeigen einen signifikant höheren Selbstwert bei Männern bezüglich physischer Erscheinung, sportlichem Selbstwert, dem persönlichen Selbst und der Selbstzufriedenheit, während Frauen einen signifikant höheren Benehmens- und moral-ethischen Selbstwert

haben. Keine Unterschiede wiederum gibt es bei sozialer Akzeptanz, Familie, akademischen und affektiven Selbstwert. Es gibt also moderate Geschlechtsunterschiede, die aber in bestimmten spezifischen Bereichen deutlich größer sind, als die Unterschiede zwischen Männern und Frauen im globalen Selbstwert.

Die meisten von den berichteten Ergebnissen lassen sich mit dem „Reflected Appraisal Model“ erklären. In dem Modell wird davon ausgegangen, dass Menschen ihren Selbstwert von der Wahrnehmung und der Meinung anderer Personen abhängig machen (Gentile et al., 2009). Mead (1934) behauptete, dass unser Selbstwert nicht nur durch Bewertungen anderer Menschen beeinflusst wird, sondern darüber hinaus auch durch den „generalisierten Anderen“. Beim „generalisierten Anderen“ handelt es sich um die verallgemeinernde Vorstellung, die eine Person von den Erwartungen und Haltungen hinsichtlich anderer Gruppenmitglieder hat und dadurch ihr Verhalten bestimmt (Stangl, 2018). Der starke Geschlechterunterschied im Selbstwertbereich physische Erscheinung konnte durch das „Reflected Appraisal Model“ vorhergesagt werden. Durch Medien werden Frauen sehr hohe Anforderungen an ihr Aussehen vermittelt und auch durch Familie und Freunde erleben sie Druck dünn sein zu müssen (Wertheim, Paxton, Shultz & Muir, 1997).

1.3 Stabilität des Selbstwertes

Die Stabilität des globalen Selbstwertes ist in der frühen Kindheit zunächst relativ gering, nimmt im Verlaufe der Adoleszenz und des jungen Erwachsenenalters zu und nimmt dann im mittleren Alter und im hohen Alter wieder ab (Trzesniewski, Donnellan & Robins, 2003; siehe auch das Kapitel Kindheit in diesem Buch). Aber gilt diese Stabilität auch für den spezifischen Selbstwert?

Von Soest, Kvaalem und Wichstrøm (2015) untersuchten die Entwicklung des globalen Selbstwertes und des Selbstwertes in sechs spezifischen Domänen im Alter von 13 bis 31 Jahren. Als spezifische Domänen wurden physische Erscheinung, soziale Akzeptanz, enge Freundschaften, romantische Attraktivität, schulische Kompetenz und sportlicher Selbstwert erhoben. Die Ergebnisse bestätigen, dass der globale Selbstwert zwischen der Adoleszenz und dem jungen Erwachsenenalter signifikant zunimmt. Dies gilt auch für alle spezifischen Bereiche außer der schulischen Kompetenz. Bei den Zusammenhängen zwischen dem globalen und den spezifischen Selbstwerten zeigt sich, dass der globale Selbstwert am höchsten mit der physischen Erscheinung korreliert. Es gibt außerdem hohe Korrelationen mit sozialer Akzeptanz und auch mit der spezifischen Domäne enge Freundschaften.

Die romantische Attraktivität korreliert zunächst im Alter von 13 gering mit dem globalen Selbstwert, mit 20 Jahren kommt es dann zu einer steilen Zunahme.

Die Ergebnisse dieser Studie deuten darauf hin, dass zur Erhöhung eines spezifischen Selbstwertes, wie beispielsweise der sportliche Selbstwert, Interventionen auch auf diesen spezifischen Selbstwert ihren Fokus setzen sollten.

1.4 State- und Trait-Selbstwert

Die Wissenschaft differenziert nicht nur zwischen globalen und spezifischen Selbstwert, sondern schlägt noch eine weitere Unterscheidung in State- und Trait-Selbstwert vor (Brown & Marshall, 2006).

Schon William James (1890) verglich den Selbstwert mit einem Barometer, das nach Erfolgen ansteigt und nach Misserfolgen abfällt. Dabei behalten Individuen ihren durchschnittlichen Selbstwert bei, da sie diesen über mehrere solcher Situationen bilden. Der Selbstwert eines Menschen besteht also zum einem aus der Vorstellung, wie die Personen ihren eigenen Wert im Allgemeinen einschätzen (Trait-Selbstwert), als auch aus spontanen und situationsabhängigen Schwankungen in den Selbstbewertungen (State-Selbstwert) (Leary, 1999).

Da der Trait-Selbstwert über Zeit und Situationen vor allem bei Erwachsenen stabil bleibt, wird er oft als Persönlichkeitsvariable betrachtet und mit dem globalen Selbstwert gleichgesetzt (Brown & Marshall, 2006). Der Wert repräsentiert die Gefühle, die eine Person zu sich selbst hegt und wie sie diese bewertet. Faktoren wie die soziale Klasse, Geschlecht und die Anzahl an Geschwistern formen eine Art Baseline, um die der Selbstwert nur leicht fluktuiert (Heatherton & Polivy, 1991). Viele Wissenschaftler nehmen an, dass der Trait-Selbstwert zum Teil auch durch genetische Faktoren beeinflusst wird (z. B. Leary, 1999). So haben zum Beispiel Neiss, Sedikides und Stevenson (2006) eine Studie mit eineiigen und zweieiigen Zwillingspaaren durchgeführt, in der diese zu zwei Zeitpunkten Fragebögen zu ihrem Selbstwert unabhängig voneinander ausfüllen sollten. Die Ergebnisse zeigen, dass eineiige Zwillinge sich sowohl in der Stabilität des Selbstwertes, als auch in dem Level, auf dem sich der Selbstwert befindet, ähnlicher sind, als zweieiige Zwillinge. Da sich sowohl eineiige als auch zweieiige Zwillinge typischerweise dieselbe Umgebung teilen (z. B. Wohnraum, Schule, Eltern) und daher davon in ihrer Kindheit gleich beeinflusst werden, wird die größere Ähnlichkeit bei eineiigen Zwillingen in ihren Selbstwertscores auf die größere genetische Übereinstimmung zurückgeführt, sich zweieiige Zwillinge sich in etwa 50 Prozent ihrer Gene teilen, während es bei einigen Zwillingen 100 Prozent sind (Neiss et al., 2006).

1. SELBSTWERT

Erhoben wird der Trait-Selbstwert oft mit der Rosenberg Selbstwert Skala, welche eines der am häufigsten eingesetzten Instrumente beim Erforschen des Selbstwertes ist (siehe Abschnitt Selbstwertskalen).

Im Gegensatz zu dem Trait-Selbstwert wird der State-Selbstwert als aktuelle, leichte und situationsabhängige Schwankung der Selbstbewertung betrachtet (Leary, 1999).

Damit ist die affektive Bewertung auf ein bestimmtes Ereignis gemeint, so kann ein Individuum stolz auf einen Erfolg sein oder aber sich gedemütigt und traurig nach einem Misserfolg fühlen, ohne dass sich das ganze Selbstwertkonzept ändert (Brown & Marshall, 2006). Zum Beispiel kann eine Person sich nach einer erfolgreich bestanden Klausur sehr gut fühlen und seinen eigenen Wert sehr hoch schätzen, während nach einer nicht bestanden Klausur, die Person sich und ihren Wert als schlecht oder niedrig einschätzt. Wichtig dabei ist es, den State-Selbstwert nicht mit der Stimmung gleichzusetzen.

Tabelle 1: Studien mit State-Selbstwert als unabhängige Variable und Studien mit Trait-Selbstwert als abhängige Variable

State-Selbstwert als unabhängige Variable	Trait-Selbstwert als abhängige Variable
Lyubomirsky & Ross (1997)	Nezlek, Kowalski, Leary, Blevins & Holgate (1997)
Greitemeyer (2016)	Sommer & Baumeister (2002)
Riketta & Dauenhimer (2003)	Kendler, Gardner & Prescott (1998)
	Butler, Hokanson & Flynn (1994)

Ein weiterer Weg zwischen State- und Trait-Selbstwert zu unterscheiden, ist die Art wie diese in Experimenten untersucht und manipuliert werden (siehe Tabelle 1).

Der Trait-Selbstwert wird oft nur als abhängige Variable untersucht, da dieser nicht im experimentellen Aufbau verändert werden kann, er ist dazu als Persönlichkeitsvariable zu konstant. Viele Wissenschaftler benutzen den Trait-Selbstwert als Variable, nach denen die Experimentalgruppen eingeteilt werden.

Der State-Selbstwert hingegen wird in Experimenten oft als unabhängige Variable manipuliert, um direkte Auswirkungen auf z. B. kognitive Leistungen festzustellen.

Exkurs Box: Manipulation des State-Selbstwertes durch soziale Vergleiche

Die Studie von Lyubomirsky und Ross (1997) zeigt eine Möglichkeit, wie der State-Selbstwert manipuliert werden kann. Die Versuchspersonen haben dabei die Aufgabe, Anagramme so schnell wie möglich zu lösen. Ein Konföderierter sitzt dabei neben ihnen und bearbeitet die gleiche Aufgabe. Es wird dabei manipuliert, ob die Versuchsperson einen relativen Erfolg erlebt (der Konföderierte hatte ein schlechteres Ergebnis) oder einen relativen Misserfolg erlebt (der Konföderierte löste die Aufgabe besser). Die Versuchspersonen füllen sowohl vor dem Lösen der Anagramme, als auch danach eine 9-stufige Likert-Skala aus, um eine Überprüfung der Manipulation des State-Selbstwertes zu ermöglichen. Die Ergebnisse zeigen, dass Individuen ihre kognitiven Fähigkeiten besser nach einem relativen Erfolg bewerten, als nach einem relativen Misserfolg. Außerdem sind soziale Vergleiche eine Möglichkeit den State-Selbstwert in Studien zu manipulieren.

1.5 Selbstwertskalen

Das Konzept des Selbstwertes ist ein vielseitiges Konstrukt, sodass es nicht verwunderlich ist, dass es auch mehr als eine Möglichkeit gibt, den Selbstwert zu erfassen. Im Folgenden stellen wir die impliziten und expliziten Verfahren zur Erfassung des Selbstwertes dar. Greenwald und Banaji (1995) stellten fest, dass Individuen soziale Informationen nicht nur bewusst verarbeiten (explizite Verfahren), sondern auch implizit. Diese Verarbeitung läuft unbewusst ab, ist zumeist automatisch und intuitiv. Die Verfahren unterscheiden sich also in dem Punkt, ob die Probanden wissen, ob ihr Selbstwert erhoben wird. Erhebungen, in denen das nicht der Fall ist, sind implizite Verfahren, in denen die Probanden Aufgaben bearbeiten, die augenscheinlich nichts mit dem Thema Selbstwert zu tun haben. Eines der bekanntesten impliziten Verfahren ist der „Implizite Assoziationstest“ (auch IAT), der eine Möglichkeit bietet, die Stärke automatischer Assoziationen zwischen zwei oder mehr Konzepten zu messen. Der Gedanke dahinter ist, dass zwei Konzepte mit ähnlichen Merkmalen schneller und leichter miteinander assoziiert werden und damit auch schneller zueinander geordnet werden, z. B. gibt es oft Assoziationen zwischen positiver Valenz (Merkmal) und Blumen (Greenwald, McGhee & Schwartz, 1998). Der IAT wurde so modifiziert, dass der implizite Selbstwert durch die Reaktionszeiten in einer Klassifikationsaufgabe gemessen werden kann. Dabei wurden Konzepte wie „Selbst“ und „Andere“, sowie „angenehm“ und „unangenehm“

verglichen. Die Annahme ist, dass Personen mit einem höheren Selbstwert schneller die Konzepte des Selbst und das Wort „angenehm“ miteinander verbinden, als Personen mit einem niedrigen Selbstwert.

Ein großes Problem der impliziten Verfahren ist, dass es immer wieder Zweifel gibt, ob der IAT wirklich den impliziten Selbstwert erfassen kann (Greenwald & Farnham, 2000).

Die Selbstwertforschung bedient sich deshalb vor allem expliziten Verfahren, wie z. B. Fragebögen, bei denen den Probanden bewusst ist, dass sie Fragen zu dem Thema Selbstwert beantworten. Der wohl bekannteste Fragebogen um globalen bzw. Trait-Selbstwert zu erheben, ist Rosenbergs Selbstwert Skala (Rosenberg, 1965). Es handelt sich um eine 10-Item-Skala, die den allgemeinen Selbstwert über die sowohl positiven, als auch negativen Gefühle misst, die eine Person über sich selbst hegt und berichtet. Individuen sollen auf die 10 Aussagen mit Hilfe von einem vierstufigen Bewertungssystem („trifft völlig zu“, „trifft ziemlich zu“, „trifft wenig zu“, „trifft gar nicht zu“) antworten. Beispielaussagen sind „Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden“ oder „Ich fürchte, es gibt nicht viel, auf das ich stolz sein kann“. Nach der Auswertung werden die Probanden in die Kategorien niedriger, normaler und hoher Selbstwert eingeteilt.

Domänenspezifische Selbstwerte können beispielsweise mit dem Self Perception Profile for Adolescents (SPPA) erfasst werden (Harter, 2012). Es handelt sich um einen 45-Item Fragebogen, der aus acht spezifischen Bereichen, sowie einer Subskala zum globalen Selbstwert besteht (siehe Tabelle 2). Die Items bestehen aus zwei unterschiedlichen Aussagen über Teenager, beispielsweise „einige Jugendliche machen ihre Klassenaufgaben sehr gut“ und „andere Jugendliche machen ihre Klassenaufgaben nicht gut“. Der/die Jugendliche muss sich dann zunächst entscheiden welche der beiden Aussagen für ihn/sie eher zutrifft. Anschließend muss er/sie sich entscheiden, ob die Aussage „ganz genau stimmt“ oder „ungefähr stimmt“.

Die State Self-Esteem Scale (SSES) erfasst den Selbstwert einer Person zu einem bestimmten Zeitpunkt und eignet sich damit als Instrument, um situationsabhängige Schwankungen und somit den State Selbstwert zu erheben (Heatherton & Polivy, 1991). Dieser Fragebogen besteht aus 20 Items (z. B. „I feel confident about my abilities“, „I feel frustrated or rattled about my performance“, „I feel good about myself“, „I am dissatisfied with my weight“). Die Probanden antworten auf einer 5-stufigen Skala (1 = not at all, 5 = extremely), wie stark die Aussagen in genau diesen Moment auf sie zutreffen. Die SSES besteht aus drei Unterkomponenten, die den Performanz Selbstwert, den sozialen Selbstwert und den Gefühlen über das Aussehen repräsentieren.

Tabelle 2: Subskalen und Beispielitems des Self Perception Profile for Adolescents (SPPA) nach Harter (2012)

Subskalen	Beispielitems
Scholastic competence	Some teenagers do very well at their classwork BUT Other teenagers don't do very well at their classwork.
Social competence	Some teenagers know how to become popular BUT Other teenagers do not know how to become popular.
Athletic competence	Some teenagers don't do well at new outdoor games BUT Other teenagers are good at new games right away.
Physical appearance	Some teenagers really like their looks BUT Other teenagers wish they looked different.
Job competence	Some teenagers feel that they are ready to do well at a part-time job BUT Other teenagers feel that they are not quite ready to handle a part-time job.
Romantic appeal	Some teenagers feel that they are fun and interesting on a date BUT Other teenagers wonder about how fun and interesting they are on a date.
Behavioral conduct	Some teenagers usually do the right thing BUT Other teenagers often don't do what they know is right.
Close friendship	Some teenagers are able to make really close friends BUT Other teenagers find it hard to make really close friends.
Global self-worth	Some teenagers like the kind of person they are BUT Other teenagers often wish they were someone else.

1.6 Selbstwertdienliche Strategien

Der Einsatz selbstwertdienlicher Strategien dient unserem Bedürfnis unseren eigenen Selbstwert aufrechtzuerhalten oder sogar zu steigern, um längerfristig unser psychisches Wohlbefinden zu erhalten. Laut Baumeister, Heatherton und Tice (1993) wird unser soziales Verhalten von dem fundamentalen Ziel gesteuert unseren eigenen Selbstwert zu schützen. Doch wie kann die bereits anfänglich erwähnte Frau S. ihren Selbstwert nun aufrechterhalten? Im folgenden Abschnitt sollen nun einige selbstwertdienliche Strategien exemplarisch dargestellt werden.

Eine bedeutende Strategie ist die selbstwertdienliche Verzerrung. Dieser Regulationsmechanismus beschreibt dabei unser Bestreben selbstwertdienliche Attributionen zu vollziehen. So schreibt eine Person unerwünschte

Ergebnisse eher ungünstigen Umweltbedingungen zu, wohingegen sie gewünschte Ergebnisse auf ihre eigenen Fähigkeiten attribuiert (Mezulis, Abramson, Hyde, & Hankin, 2004). Eine weitere selbstwertdienliche Strategie ist das Impression Management. Impression Management beschreibt die Motivation alle relevanten Informationen für die Eindrucksbildung zu steuern, um sich so vorteilhaft vor anderen zu präsentieren und Peinlichkeiten zu vermeiden (Ebert & Piwinger, 2007; Shepperd, Malone, & Sweeney, 2008). Der Eindruck, den wir auf unsere Interaktionspartner machen, hat Auswirkungen darauf, wie wir wahrgenommen, bewertet und behandelt werden (Leary & Kowalski, 1990). Auch der Abwehrmechanismus der Verdrängung nach Anna Freud dient dem Schutz des eigenen Selbstwertes. Die Verdrängung hält dabei Vorstellungen oder Affekte vom bewussten Ich ab und erschwert somit das bewusste Erinnern an die damit verbundenen Ereignisse (Freud, 1936).

1.7 Facetten des Selbstwertes

Weitläufig besteht die Meinung, dass ein hoher Selbstwert mit psychischer Gesundheit und Zufriedenheit assoziiert ist und somit als Puffer für viele psychologische und soziale Probleme fungiert (Leary, 1999). Beispielsweise konnten Diener und Diener (1995) in ihrer Studie zeigen, dass ein hoher Selbstwert signifikant mit Lebenszufriedenheit korreliert. Ähnliche Ergebnisse konnten auch in einer anderen Studie von Furnham und Cheng (2000) gefunden werden. Neben anderen weiteren Prädiktoren zeigte sich ein hoher Selbstwert als stärkster Prädiktor für Zufriedenheit. Auch in interpersonellen Beziehungen scheinen Personen mit einem hohem Selbstwert erfolgreicher zu sein im Hinblick auf das Knüpfen neuer Kontakte. Dies lässt sich im Vergleich zu Personen mit einem niedrigen Selbstwert vor allem auf ein besseres Impression Management zurückführen (Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, 2003).

Aber bringt ein hoher Selbstwert zwangsläufig immer etwas Positives mit sich? Die Literatur erweckt den Eindruck, dass ein hoher Selbstwert ein erstrebenswertes Ziel ist. Und auch in vielen Therapien, wie beispielsweise der, der Depression, wird eine Selbstwerterhöhung angestrebt. Wie bereits oben erwähnt, fanden viele experimentelle Studien, dass ein hoher Selbstwert einige positive Seiten mit sich bringt (Baumeister et al., 2003). Zum einen sei erwähnt, dass Personen mit hohem Selbstwert erfolgreicher darin zu sein scheinen, sich an ihre Umgebung anzupassen (Baumeister et al., 1993). Außerdem geben sie an attraktiver, sympathischer und beliebter zu sein (Baumeister et al., 2003; Battistich, Solomon & Delucchi, 1993).

Im Gegensatz dazu ist ein niedriger Selbstwert oft mit psychischen Belastungen, wie Depressionen oder Ängsten assoziiert (Leary, 1999; Baumeis-

ter et al., 2003). Auch Wörter wie Einsamkeit, schulischer Misserfolg oder Mobbing werden häufig im Zusammenhang mit einem niedrigen Selbstwert genannt (Leary, 1999; O'Moore & Kirkham, 2001). In einer Studie von O'Moore und Kirkham (2001) wurde der Zusammenhang zwischen dem Selbstwert und Mobbing-Verhalten bei Schülern untersucht. Die Ergebnisse zeigten, dass Schüler, die viktimisiert wurden, einen signifikant niedrigeren Selbstwert hatten als Schüler, die nicht gemobbt wurden. Außerdem wurde festgestellt, dass Schüler, die gemobbt haben, ebenfalls geringere Werte im Selbstwert aufwiesen.

Eine mögliche Erklärung für diese Ergebnisse könnte sein, dass es durch das Mobbing-Verhalten zu einer Steigerung des geringen Selbstwertes der Mobber kommt (Rigby & Slee, 1992). Allerdings konnte dieser Zusammenhang nicht in allen Studien aufgezeigt werden. Rigby und Slee (1992) fanden beispielsweise keinen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Selbstwert und der Tendenz, Andere zu schikanieren.

Ein weiterer Aspekt, der klassischerweise in diesem Zusammenhang erwähnt wird, ist, dass ein geringer Selbstwert leichter zu aggressivem Verhalten führt (Baumeister, Smart & Boden, 1996). Toch (1993) beschreibt diesen Zusammenhang als eine kompensatorische Strategie, mit der Personen mit einem niedrigen Selbstwert versuchen, diesen zu steigern. Entgegen der klassischen Annahme konnte die neuere Forschung diesen Zusammenhang allerdings nicht zwangsläufig bestätigen (Baumeister, Bushman & Campbell, 2000). In einer Reihe von Untersuchungen konnte belegt werden, dass auch ein hoher Selbstwert dazu führen kann, Aggressionen zu zeigen und zwar vor allem dann, wenn ein hoher Selbstwert in Kombination mit einer Bedrohung des Selbst durch eine andere Person einhergeht (Baumeister et al., 1996). Baumeister et al. (1996) erklären diesen Zusammenhang damit, dass, wenn die positiven Bewertungen des eigenen Selbst in Frage gestellt werden, es zu einer Diskrepanz zwischen dem Eigen- und Fremdbild kommt. Dies kann dann eine aggressive Reaktion hervorrufen, mit dem Ziel die negative Fremdbewertung zu unterbinden. An dieser Stelle ist es aber ebenfalls wichtig zu betonen, dass es lediglich ein Verhalten ist, das hervorgerufen werden kann, aber nicht muss. Außerdem scheint die Stabilität des Selbstwertes in diesem Kontext ebenfalls eine Rolle zu spielen, denn Personen die sowohl einen hohen als auch stabilen Selbstwert haben, scheinen weniger Feindseligkeiten zu zeigen als Personen mit einem hohen, aber instabilen Selbstwert (Baumeister et al., 2000).

Personen mit narzisstischen Zügen sind gekennzeichnet durch eine bombastische Sichtweise auf das eigene Selbst, begleitet von einer geringen Empathie für Andere und einer Fantasie der persönlichen Großartigkeit (Baumeister et al., 2000). Auch diese Eigenschaften scheinen hoch mit Aggressionen zu korrelieren und diese hervorzurufen, wenn jemand die eigene

Sichtweise auf das Selbst diskreditiert. In einer experimentellen Studie von Bushman und Baumeister (1998) wurden die Versuchspersonen durch einen Komplizen entweder beschimpft oder gelobt. Kurz darauf bekamen sie dann die Chance eine andere Person durch ein lautes, aversives Geräusch zu verunglimpfen. Die Ergebnisse zeigten, dass Personen mit einem hohen Narzissmuswert das höchste Aggressionslevel aufwiesen, wenn sie zuvor beschimpft wurden. Der Selbstwert für sich genommen, hatte keinen Effekt auf das Aggressionslevel. Auch diese Ergebnisse scheinen gegen die traditionelle Theorie zu sprechen, dass ein geringer Selbstwert zu Aggressionen führt. Vielmehr sollte ein hoher Selbstwert als ein Risikofaktor angesehen werden, der zu aggressiven Verhaltensweisen führen kann, wenn die eigene positive Sichtweise auf das eigene Selbst abgewertet wird (Baumeister et al., 2000).

Wie oben bereits erwähnt, scheint ein hoher Selbstwert dazu zu führen, dass man sich erfolgreicher an seine Umwelt anpassen kann (Baumeister et al., 1993). Aber ein hoher Selbstwert ist auch assoziiert mit einer Tendenz, unrealistische positive Einschätzungen über sich selbst zu machen (Baumeister et al., 1993). Aufgrund dessen kann es zu einer Überbewertung der eigenen Fähigkeiten kommen, was wiederum dazu führen kann, sich Ziele zu setzen, die nur sehr schwer zu erreichen sind. Als Folge dessen erhöht sich die Wahrscheinlichkeit für Misserfolge. Im Vergleich dazu sind Personen mit einem niedrigeren Selbstwert sehr viel vorsichtiger darin, sich hohe Ziele zu setzen. Dies hat zwar zur Folge, dass es oft nur einen verringerten Erfolg gibt, aber auch keinen außerordentlichen Misserfolg. In diesem Zusammenhang tritt ebenfalls wieder die Frage nach dem Aufrechterhalten des eigenen hohen Selbstwertes in den Vordergrund. Wie kann also eine Person, die sich aufgrund ihres hohen Selbstwertes zu hohe Ziele gesteckt hat und Misserfolg erlebt, diesen trotzdem aufrechterhalten? Diese Frage bringt uns sicherlich wieder zurück zu den anfänglich erwähnten selbstwertdienlichen Strategien. Es ist durchaus vorstellbar, dass Personen mit hohem Selbstwert in diesen Situationen ihren Misserfolg auf Bedingungen ihrer Umwelt attribuieren und es somit schaffen ihren Selbstwert zu schützen.

Ein letzter wichtiger Aspekt, den es in diesem Zusammenhang nicht zu vernachlässigen gilt, ist, dass auch ein niedriger Selbstwert durchaus seine positiven Seiten hat. Als Beispiel sei hier angeführt, dass ein geringer Selbstwert auch ebenso ein genaues Verständnis der eigenen Unzulänglichkeiten und Schwächen sein kann und somit dazu führen kann, sich realistischere Ziele zu setzen im Vergleich zu Personen mit hohem Selbstwert, die eher dazu neigen unrealistische Einschätzungen über sich selbst machen (Baumeister et al., 2003).

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass ein positiver, hoher Selbstwert wünschenswert ist und hilfreich sein kann, allerdings, unter gewissen Umständen, auch seine Schattenseiten haben kann.

1.8 Fazit

Betrachten wir rückblickend den hohen Selbstwert von Frau S., so ist es wichtig zwischen den verschiedenen Selbstwertformen zu differenzieren. So kann es sich entweder um sehr spezifische Bereiche des Selbstwertes handeln, wie z. B. sportlicher Selbstwert oder es handelt sich um den globalen bzw. Trait-Selbstwert, der die Einstellung des Individuums gegenüber dem Selbst in seiner Gesamtheit beschreibt. Die Relevanz der Unterscheidung der Selbstwertformen wird allein dadurch deutlich, dass es verschiedene Verfahren und Skalen zur Messung dieser gibt. Dementsprechend ist es erforderlich, dass in der Forschung klare Definitionen bezüglich des Selbstwertes zu Grunde gelegt werden, sodass eine Vergleichbarkeit von psychologischen Studien ermöglicht wird und deutlich ist, wovon gesprochen wird. Für die Praxis bedeutet dies, Interventionen so aufzubauen, dass individuell selbstwerterhöhende Maßnahmen durchgeführt werden können. Beispielsweise wäre bei Defiziten im akademischen Selbstwert eine Förderung des globalen Selbstwertes nicht zielführend, wohingegen die Ermöglichung von kleinschrittigen, akademischen Erfolgen zu einer Erhöhung des spezifischen Selbstwertes führen könnte. Darüber hinaus hat der hohe Selbstwert von Frau S. nicht zwangsläufig nur positive Folgen. So kann ein zu hoher Selbstwert auch negative Konsequenzen, wie z. B. die Überschätzung der eigenen Fähigkeiten, haben.

1.9 Literaturverzeichnis

- Battistich, V., Solomon, D., & Delucchi, K. (1993). Interaction processes and student outcomes in cooperative learning groups. *The Elementary School Journal*, 94, 19-32. Doi: 10.1086/461748
- Baumeister, R. F., Bushman, B. J., & Campbell, W. K. (2000). Self-esteem, narcissism, and aggression: Does violence result from low self-esteem or from threatened egotism. *Current directions in psychological science*, 9 (1), 26-29. Doi: 10.1111/1467-8721.00053
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological Science in the Public Interest*, 4 (1), 1-44. Doi: 10.1111/1529-1006.01431
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: negative consequences of high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (1), 141-156. Doi: 10.1177/0146167206289408
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: the dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103 (1), 5-33. Doi: 10.1037//0033-295X.103.1.5

1. SELBSTWERT

- Brown, J. D., & Marshall, M. A. (2006). The three faces of self-esteem. In M. Kernis (Hrsg.), *Self-esteem: Issues and answers* (S.4-9). New York: Psychology Press.
- Bushman, B. J., & Baumeister, R. F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or selfhate lead to violence?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 219-229.
Doi: 10.1037/0022-3514.75.1.219
- Butler, A. C., Hokanson, J. E., Flynn, H. A. (1994). A comparison of self-esteem lability and low trait self-esteem as vulnerability factors for depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66 (1), 166-177. Doi: 10.1037/0022-3514.66.1.166
- Diener, E., & Diener, M., (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
Doi: 10.1037/0022-3514.68.4.653
- Ebert, H., & Piwinger, M. (2007). *Impression Management: Die Notwendigkeit der Selbstdarstellung*. In M. Piwinger & A. Zerfaß (Hrsg.), *Handbuch Unternehmenskommunikation* (S. 205-206). Wiesbaden: GWV Fachverlag.
Doi: 10.1007/978-3-8349-9164-5_10
- Freud, A. (1936). *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. Oxford: England: Fischer Verlag. Doi: 9783596420018
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Lay theories of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1, 227-246. Doi: 10.1023/A:1010027611587
- Gentile, B., Shelly, G., Brenda, D.-P., Twenge, J. M., Wells, B. E., & Maitino, A. (2009). Gender differences in domain-specific self-esteem: A meta-analysis. *Review of General Psychology*, 13 (1), 34-45. Doi: 10.1037/a0013689
- Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102 (1), 4-27.
Doi: 10.1037/0033-295X.102.1.4
- Greenwald, A. G., & Farnham, S. D. (2000). Using the implicit association test to measure self-esteem and self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (6), 1022-1038. Doi: 10.1037//0022-3514.79.6.1022
- Greenwald, A. G., & McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. K. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The Implicit Association Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1464-1480.
- Greitemeyer, T. (2016). Facebook and people's state self-esteem The impact of the number of other users' facebook friends. *Computers in Human Behavior*, 59, 182-186. Doi: 10.1016/j.chb.2016.02.005
- Harter, S. (2012). *Self-perception Profile for Adolescents: Manual and Questionnaires*. Revised 2012. University of Denver Dept. of Psychology.
- Heatherton, T. F., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (6), 895-910. Doi: 10.1037/0022 3514.60.6.895
- James, W. (1890). *The principles of psychology – Part 1*. New York: Holt.
Doi: 10.2307/2107586.
- Kendler, K. S., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (1998). A population-based twin study of self-esteem and gender. *Psychological Medicine*, 28, 1403-1409.
Doi: 10.1017/S0033291798008022

- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C., & Buswell, B. (1999). Gender differences in self-esteem: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125 (4), 470-500. Doi: 10.1037/0033-2909.125.4.470
- Leary, M. R. (1999). Making sense of self-esteem. *American Psychological Society*, 8 (1), 32-35. Doi: 10.1111/1467-8721.00008
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107 (1), 34-47. Doi: 10.1037/0033-2909.107.1.34
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: a contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (6), 1141-1157. Doi: 10.1037//0022-3514.73.6.1141
- Major, B., Barr, L., Zubek, J., & Babey, S. H. (1999). Gender and self-esteem: A meta-analysis. In W. B. Swann, Jr. J. H. Langlois, & L. A. Gilbert (Hrsg.), *Sexism and stereotypes in modern society: The gender science of Janet Taylor Spence* (S. 223-253). Washington, DC: American Psychological Association.
- Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and social psychology*, 51 (6), 1224-1236. Doi: 10.1037/0022-3514.51.6.1224
- Mead, G.H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Mezulis, A. H., Abramson, L. Y., Hyde, J. S., & Hankin, B. L. (2004). Is there a universal positivity bias in attributions? A meta-analytic review of individual, developmental, and cultural differences in the self-serving attributional bias. *Psychological Bulletin*, 130 (5), 711-747. Doi: 10.1037/0033-2909.130.5.711
- Neiss, M. B., Sedikides, C., & Stevenson, J. (2006). Genetic influences on level and stability of self-esteem. *Self and Identity*, 5 (3), 247-266. Doi: 10.1080/15298860600662106
- Nezlek, J. B., Kowalski, R. M., Leary, M. R., Blevins, T., & Holgate, S. (1997). Personality moderators of reactions to interpersonal rejection: Depression and trait self-esteem. *Society for Personality and Social Psychology*, 23 (12), 1235-1244. Doi: 10.1177/01461672972312001
- O'Moore, M., & Kirkham, C. (2001). Self-esteem and its relationship to bullying behaviour. *Aggressive Behavior*, 27, 269-283. Doi: 10.1002/ab.1010
- Rigby, K., & Slee, P. (1992). Dimensions of interpersonal relations among Australian children and implications of psychological well-being. *The Journal of Social Psychology*, 133 (1), 33-42. Doi: 10.1080/00224545.1993.9712116
- Riketta, M., & Dauenheimer, D. (2003). Manipulating self-esteem with subliminally presented words. *European Journal of Social Psychology*, 33, 679-699. Doi: 10.1002/esjp.179
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60 (1), 141-156. Doi: 10.2307/2096350
- Schütz, A. (2018). Selbstwert. In M.A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie* (S. 1526). Bern: Hogrefe Verlag.

1. SELBSTWERT

- Shepperd, J., Malone, W., & Sweeny, K. (2008). Exploring causes of the self-serving bias. *Social and Personality Psychology Compass*, 2 (2), 895-908.
Doi: 10.1111/j.1751-9004.2008.00078.x
- Sommer, K. L., & Baumeister, R. F. (2002). Self-evaluation, persistence, and performance following implicit rejection: The role of trait self-esteem. *Society for Personality and Social Psychology*, 28 (7), 926-938. Doi: 10.1177/014616720202800706
- Stangl, W. (2018). Generalisierte Andere. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. WWW: <http://lexikon.stangl.eu/14748/generalisierte-andere/> (2018-09-28)
- Toch, H. (1993). *Violent men: An inquiry into the psychology of violence*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., & Robins, R. W. (2003). Stability of self-esteem across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (1), 205-220.
Doi: 10.1037/0022-3514.84.1.205
- Von Soest, T., Wichstrom, L., & Kvaalem, I. L. (2015). The development of global and domain-specific self-esteem from age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110 (4), 592-608. Doi: 10.1037/pspp000060
- Wertheim, E. H., Paxton, S. J., Shultz, H.K., & Muir, S. L. (1997). Why do adolescent girls watch their weight? An interview study examining sociocultural pressures to be thin. *Journal of Psychosomatic Research*, 42 (4), 345-355.

2. Selbstwirksamkeit

JOHANNA DITTRICH, VANESSA FISCHER UND LEA HELLERMANN

2.1 Konstrukt und Quellen der Selbstwirksamkeit

„Ob du denkst, du kannst es, oder du kannst es nicht: Du wirst auf jeden Fall recht behalten (Ford).“

Das Konstrukt der Selbstwirksamkeit, welches auf Albert Bandura (1997) zurückgeht, beschreibt den „Glaube[n] an die eigenen Fähigkeiten, den Verlauf und die Ausführung der eigenen Handlungen so zu steuern, dass ein bestimmtes Ergebnis erzielt wird“ (S. 3). Zentral sind hierbei die subjektiven Überzeugungen einer Person, über erforderliche Ressourcen zu verfügen, die zur Bewältigung von Anforderungen notwendig sind und diese auch zielführend einsetzen zu können. Das Zusammenspiel dieser selbstbezogenen Kognitionen, die die Umsetzung von Wissen und Fertigkeiten in Handlungsprozesse veranlassen und der Erwartung, dass eine Handlung zu einem bestimmten Ereignis führt, wird als Selbstwirksamkeits- oder Kompetenzerwartung bezeichnet (Bandura, 1994). Die Selbstwirksamkeit gilt damit als einer der wesentlichen Einflussfaktoren auf das menschliche Handeln. Das subjektive Selbstwirksamkeitserleben beeinflusst insbesondere die Auswahl von Handlungen bezüglich des Schwierigkeitsgrades, die investierten Bemühungen im Umgang mit Widrigkeiten und somit indirekt den Erfolg einer Handlung.

Bandura untermauert seine Theorie durch eine Studie zur Bewältigung komplexer Mathematikaufgaben von Mone (1994). In der Arbeit konnte gezeigt werden, dass nicht die Rechenkompetenzen von Schülern allein eine Integration der Fertigkeiten und Lösung von Aufgaben bewirken. Eine wesentliche Rolle spielt die subjektive Überzeugung, die erlernten Fähigkeiten einzusetzen und die Aufgabe meistern zu können. Schüler, bei denen die Selbstwirksamkeitserwartung gering ausgebildet war, waren weniger erfolgreich als Schüler mit ausgeprägten Überzeugungen, obwohl beide Gruppen über vergleichbare Kompetenzen verfügten. Die Entwicklung der Selbstwirksamkeitserwartungen beginnt bereits im frühen Kindesalter auf Basis verschiedener Lebenserfahrungen. Bandura (1994) beschreibt vier Quellen, aus denen sich die Selbstwirksamkeitserwartungen einer Person speisen

2. SELBSTWIRKSAMKEIT

und formen können. Die wichtigste und wirksamste Quelle zum Aufbau der Selbstwirksamkeit stellen eigene Erfolgserlebnisse (mastery experiences) dar. Misserfolgserlebnisse hingegen unterminieren sie. Die Etablierung einer resilienten Selbstwirksamkeit erfordert insbesondere die Erfahrung, Widrigkeiten durch perseverierende Bemühungen überwinden zu können. Als zweite Quelle nennt Bandura stellvertretende Erfahrungen (vicarious experiences), die im Rahmen des sogenannten Modelllernens gemacht werden. Das Miterleben bzw. Beobachten von Erfolgserlebnissen anderer Personen erhöht die eigenen Überzeugungen, vergleichbare Fähigkeiten zu besitzen und Erfolge erreichen zu können. Scheitert das Modell hingegen, sinkt das Erleben der persönlichen Selbstwirksamkeit. Je größer die wahrgenommene Ähnlichkeit mit dem Modell ist, desto größer ist auch der Einfluss auf die wahrgenommene Selbstwirksamkeit. Die dritte Komponente ist die verbale Einflussnahme durch andere (social persuasion). Personen, die verbal durch andere davon überzeugt werden, dass sie über notwendige Fähigkeiten zur Bewältigung von Aufgaben verfügen, neigen zu mehr An-

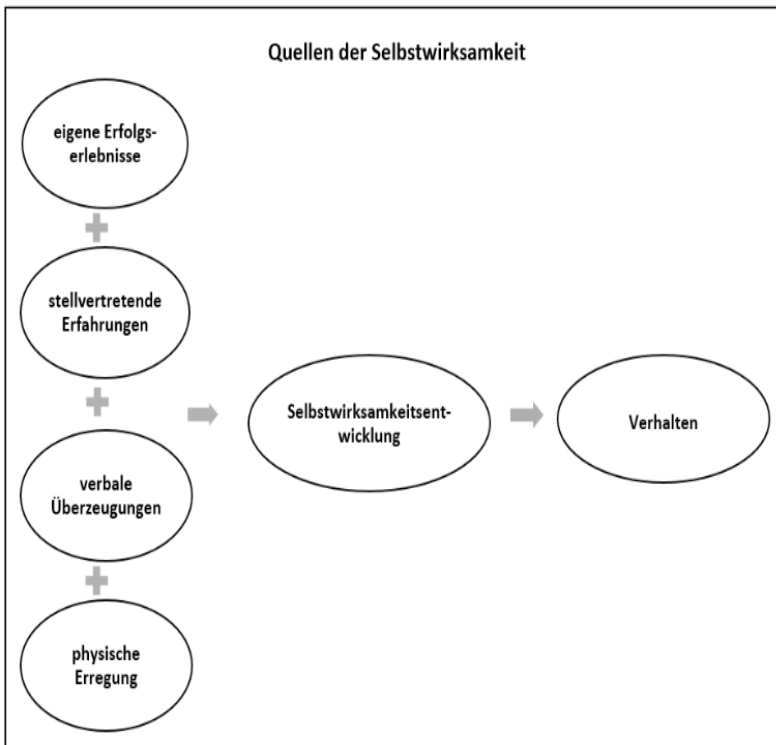


Abbildung 1: Quellen der Selbstwirksamkeit (in Anlehnung an Bandura, 1994).

strengung und erhöhtem Durchhaltevermögen. Die vierte Quelle zur Modellierung der Selbstwirksamkeit ist die wahrgenommene physiologische Erregung und deren Verlauf (physical states). Positive Emotionen erweitern die wahrgenommene Selbstwirksamkeit, während sie durch negative Emotionen, wie z. B. Angst oder Wut, geschmälert wird.

Die allgemeine Selbstwirksamkeit einer Person stellt zusammengefasst die subjektive Einschätzung ihrer persönlichen Fähigkeiten dar, bestimmte Herausforderungen erfolgreich bewältigen zu können. In Abgrenzung dazu beschreibt der Begriff des Selbstkonzepts die Gesamtheit des stabilen, globalen Wissens über die eigene Person (Filipp & Mayer, 2005). Der Begriff des Selbstwerts (siehe Kapitel Selbstwert) wiederum bezeichnet die Bewertung über sich selbst als Persönlichkeit und die damit einhergehende Einstellung zu sich selbst (Orth, Robins & Widaman, 2012).

2.2 Entwicklung der Selbstwirksamkeit über die Lebensspanne

Die Entwicklung des Selbstwirksamkeitserlebens beginnt bereits im frühen Kindesalter. Dies konnten verschiedene Studien der empirischen Säuglingsforschung zeigen (Brisch, 2007). Während Neugeborene ohne ein Bewusstsein über das eigene Selbst zur Welt kommen, entwickeln sie bereits zwischen dem 6. und 9. Lebensmonat, während der Phase der Selbstkernbildung, ein Gefühl für Selbstwirksamkeit in Form des Kontrollerlebens. Dieses ist eng mit dem Erleben von Selbstwirksamkeit verknüpft. Kleinkinder lernen durch wiederholtes Beobachten, dass sie durch bestimmte Handlungen vorhersehbare Effekte herbeiführen und somit sich selbst und ihr Umfeld wirkungsvoll beeinflussen bzw. kontrollieren können. So führt das Schütteln einer Rassel zum Ertönen eines Geräuschs, das Abdrücken mit Beinen und Armen zur Fortbewegung und das Schreien dazu, dass sich die Eltern sorgen. Kinder, die wiederholt die Erfahrung machen, ihre Umwelt erfolgreich kontrollieren zu können, lenken ihre Aufmerksamkeit vermehrt auf das eigene Handeln und erlernen schnell weitere Kompetenzen, um gezielt Effekte herbeizuführen (Bandura, 1994). Bleiben solche Selbstwirksamkeits- und Kontrollerfahrungen aus, kann dies zu negativem Stress und sogar zu einem Gefühl der Handlungsunfähigkeit führen (Jerusalem, 1990). Durch die soziale Interaktion mit anderen erfahren Kinder dann die Wahrnehmung, dass sie selbst als Person bestimmte Effekte herstellen können. Diese Erfahrung ist essentiell zur Etablierung eines persönlichen Selbstwirksamkeitserlebens (Bandura, 1994).

Ab dem zweiten Lebensjahr ist deutlich zu erkennen, dass Kleinkinder ihr eigenes Handeln kontrollieren und sich selbst als wirksam erleben

möchten. Im Zuge der rasanten Entwicklungsschritte der ersten Lebensjahre lernen sie, dass sie durch den Einsatz ihrer eigenen Fähigkeiten bestimmte Ziele bzw. Erfolge erreichen können. Ausbleibende Wirkungen hingegen werden als Misserfolge bewertet (Müller, 2012). Die Motivation, sich für etwas anzustrengen, wird dadurch bestimmt, in welchem Maße das Kind erfährt, dass es Dinge aus eigener Kraft bewirken kann. Die Selbstwirksamkeitsentwicklung der ersten Lebensjahre steht insbesondere unter starkem Einfluss der Familie (Urdañ & Parajes, 2006).

Während Kindergarten- und Vorschulkinder eher dazu neigen, ihre eigenen Fähigkeiten zu überschätzen, rückt im Grundschulalter der Vergleich der eigenen Leistungen und Fähigkeiten mit denen der Klassenkameraden in den Vordergrund (Radhoff, 2017). Im Zuge dieses Vergleichs mit anderen entwickeln Schulkinder relativ schnell eine realistische Einschätzung der persönlichen Selbstwirksamkeit. Im Laufe der Schulzeit bilden Kinder neben einer allgemeinen Selbstwirksamkeit auch sogenannte domänenspezifische Selbstwirksamkeitserwartungen aus. So kann ein Schüler ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit im sportlichen Bereich aufweisen, während das sprachliche Selbstwirksamkeitserleben gering ausgeprägt ist (Müller, 2012). Die Schulzeit gilt als Dreh- und Angelpunkt der Kultivierung und sozialen Validierung verschiedener Kompetenzen und der damit einhergehenden Selbstwirksamkeit von Kindern (Bandura, 1994). Neben dem sozialen Vergleich mit anderen Schülern können auch Leistungsfeedbacks, Lehrerverhalten und -aufmerksamkeit sowie Bewertungspraktiken einen Einfluss auf die Selbstwirksamkeitsentwicklung haben (Urdañ & Parajes, 2006). Frühe schulische Erfolgserlebnisse und positive soziale Erfahrungen gehen maßgeblich mit einer Förderung und Stabilisierung der Selbstwirksamkeit und einem geringeren subjektiven Stressempfinden im Jugendalter einher (Hazard, 1997; Laucht, Schmidt & Esser, 2000).

Die Adoleszenz ist eine Phase, die geprägt ist von biologischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Veränderungen und stellt junge Menschen vor neue Herausforderungen (siehe auch Kapitel Jugendalter), wie beispielsweise romantische Beziehungen, Sexualität und Gruppendynamiken. Eine Studie konnte zeigen, dass selbstwirksames Resistieren von Gruppendruck in der späten Kindheit und der frühen Adoleszenz positiv mit der weiteren persönlichen Entwicklung korreliert (Caprara et al., 2003). Aufgrund ihrer zunehmenden Unabhängigkeit und der biologisch-emotionalen Veränderungen neigen Jugendliche nicht selten zu experimentierfreudigem Verhalten (Bandura, 1994). Im Rahmen dessen erweitern sie ihre Selbstwirksamkeit durch die erfolgreiche Bewältigung unbekannter, schwieriger Herausforderungen und Erlebnisse. Die individuellen Erfahrungen und damit einhergehenden Veränderungen der Selbstwirksamkeit im Jugendalter

beeinflussen insbesondere die Schulleistungen, soziale Beziehungen und spätere berufliche Entscheidungen maßgeblich (Urdan & Parajes, 2006).

Auch der Eintritt in das Erwachsenenalter stellt Menschen vor neue Herausforderungen. Während dieser Lebensphase spielen Themen wie Partnerschaft, Elternschaft und der berufliche Einstieg bzw. Werdegang eine zentrale Rolle. Junge Erwachsene, die mit einem niedrigen Selbstwirksamkeitserleben in diese Phase eintreten, haben häufiger ein stärkeres Stresserleben und depressive Neigungen, als Personen mit höherer Selbstwirksamkeit (Bandura, 1994). Das Bewältigen anstehender Lebensaufgaben wird auch hier durch bisherige Erfahrungen und dem darauf ausgebildeten subjektiven Selbstwirksamkeitserleben geprägt. Eine Studie von Coleman und Karraker (2000) konnte zeigen, dass Mütter zufriedener mit ihrer Kindeserziehung waren, wenn sie über ein hohes elterliches Selbstwirksamkeitserleben verfügten. Eine weitere Studie untersuchte die Selbstwirksamkeit im Zusammenhang mit dem Kompetenzerleben von Lehrpersonen (Keller-Schneider, 2012). Es ergab sich ein mittlerer positiver Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeitsüberzeugungen und Kompetenz. Ein hohes Kompetenzerleben der Lehrer am Ende des ersten Jahres im Beruf ging maßgeblich mit einer hohen Selbstwirksamkeit einher.

Im Zuge des mittleren Erwachsenenalters stabilisiert sich die Selbstwirksamkeit weitestgehend durch die Etablierung von Routinen und das Fokussieren auf gewählte persönliche Hauptfunktionsbereiche. Dennoch kann auch diese Lebensphase von Schwankungen geprägt sein, die erneute Akkomodationen bzw. Adaptationen erfordern (Bandura, 1994).

Im höheren Erwachsenenalter bezieht sich das Selbstwirksamkeitserleben von Menschen insbesondere auf die Neu- und Fehlbewertung ihrer Fähigkeiten. Diese Lebensphase ist oftmals geprägt von negativen Ereignissen, wie dem Abbau geistiger und körperlicher Kompetenzen, dem Verlust nahestehender Menschen oder den eingeschränkten sozialen Aktivitäten (Glasenapp, 2010). Doch trotz der vielen Belastungen weisen Menschen fortgeschrittenen Erwachsenenalters ein hohes Maß an Wohlbefinden auf (Brandstätter & Greve, 1994). Im Rahmen der genetisch orientierten Lebensspannenstudie zur differentiellen Entwicklung (GOLD-Studie) des Max-Planck-Instituts konnte gezeigt werden, dass insbesondere ein hohes Selbstwirksamkeitserleben mit hoher Zufriedenheit und hohem Wohlbefinden der älteren Probanden zwischen 63 und 85 Jahren einherging (Hallisch und Geppert, 2000). Dies ist darauf zurückzuführen, dass die Personen mit hoher Selbstwirksamkeit verschiedene Copingstrategien (insbesondere flexible Akkommodation) differenziert einsetzen, anstatt hartnäckig an ihren gesetzten Zielen festzuhalten. Letzteres geht im höheren Erwachsenenalter hingegen mit einem negativen Wohlbefinden einher (siehe zu diesem Thema auch den Abschnitt Bewältigung und Umgang mit Problemsituationen).

Die Entwicklung der Selbstwirksamkeit beginnt bereits im frühen Kindesalter und zeigt sich als ein fortlaufender Prozess über die gesamte Lebensspanne hinweg. Frühe Erfahrungen prägen das Selbstwirksamkeitserleben besonders stark und beeinflussen seine weitere Entwicklung. Die unterschiedlichen Lebensphasen eines Menschen stellen ihn vor verschiedene Herausforderungen, deren Bewältigung maßgeblich durch das subjektive Selbstwirksamkeitserleben beeinflusst wird.

2.3 Relevanz der Selbstwirksamkeit

Die Ausprägung der Selbstwirksamkeit hat Auswirkungen auf verschiedene Bereiche menschlichen Denkens und Handelns. Im folgenden Abschnitt werden die motivationalen Aspekte der Selbstwirksamkeit, ihre Auswirkungen auf den beruflichen Werdegang und den Umgang mit Problemsituationen und verschiedene Zusammenhänge des Konstrukts im gesundheitlichen Kontext vor dem Hintergrund empirischer Forschungsergebnisse genauer betrachtet.

2.3.1 Motivationale Aspekte der Selbstwirksamkeit

Einen grundlegenden theoretischen Hintergrund für den motivationalen Aspekt von Selbstwirksamkeit liefert die Theorie geplanten Handelns von Ajzen (1991). Diese stellt eine Erweiterung der Theorie überlegten Handelns von Fishbein und Ajzen (1975) dar, welche den Zusammenhang zwischen Einstellungen und Verhalten beschreibt. Laut der Theorie überlegten Handelns resultiert Verhalten aus der gebildeten Intention einer Person, die sich aus der Einstellung zum Verhalten und den subjektiven Normen zusammensetzt. Die individuelle Einstellung ergibt sich aus den erwarteten Konsequenzen des Handelns (Kosten-Nutzen-Abwägung), die subjektive Norm aus den wahrgenommenen Erwartungen von relevanten Personen aus dem Umfeld (Fishbein & Ajzen, 1975). Wie in der Originaltheorie von Ajzen und Fishbein (1975) ist auch in der Theorie geplanten Handelns die individuelle Intention einer Person der zentrale Faktor. Diese umfasst alle motivationalen Faktoren, die das geplante Verhalten beeinflussen. Ergänzend berücksichtigt Ajzen (1991) die wahrgenommene Verhaltenskontrolle, die klar von der Kontrollüberzeugung abzugrenzen und eher mit dem Konzept der Selbstwirksamkeit von Bandura (1994) vergleichbar ist.

Im Gegensatz zu Kontrollüberzeugungen ist die wahrgenommene Verhaltenskontrolle bzw. Selbstwirksamkeit nicht global, sondern situations- und handlungsabhängig. Dabei liefert das vorhandene Ausmaß an Selbst-

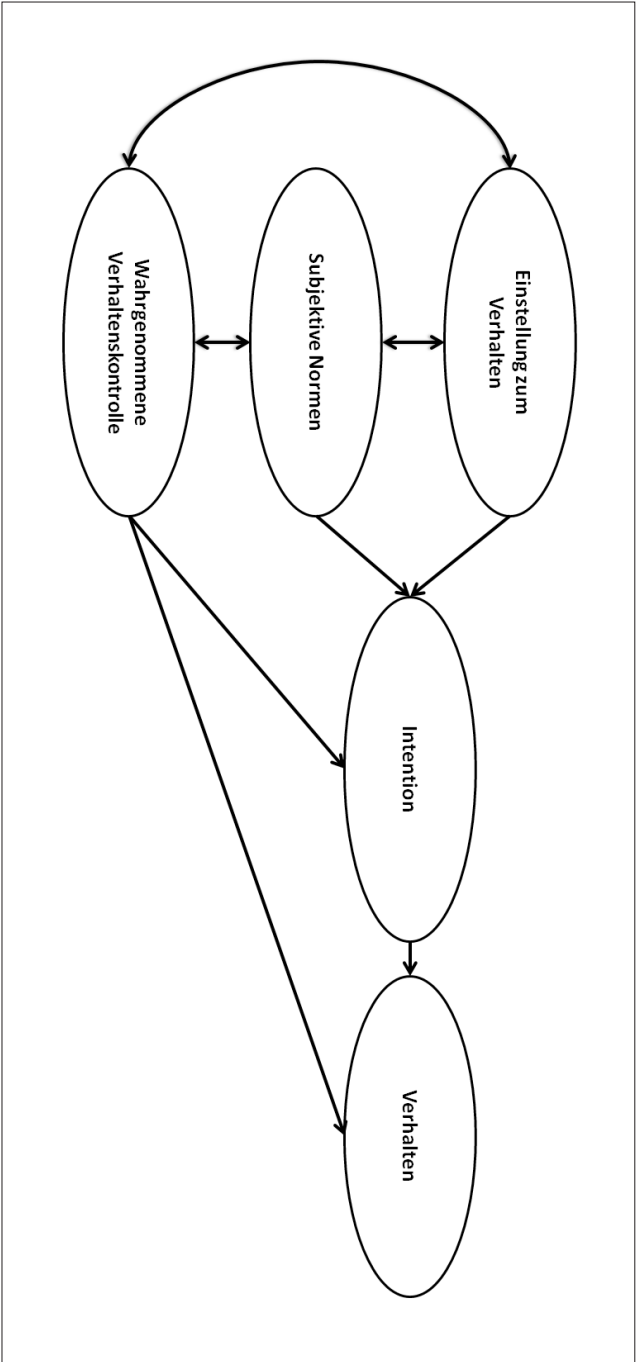


Abbildung 2: Theorie geplanten Verhaltens (zitiert nach Ajzen, 1991).

wirksamkeit Hinweise darauf, wie stark der Wille ist, ein bestimmtes Ziel zu erreichen, und wie viel Kraft die betroffene Person bereit ist, für ein erfolgreiches Ergebnis aufzuwenden. In Abhängigkeit der Genauigkeit der Wahrnehmung kann die wahrgenommene Verhaltenskontrolle bzw. Selbstwirksamkeit sogar als Maß für die tatsächliche Verhaltenskontrolle dienen (Ajzen, 1991).

Falls für die Bewältigung einer Anforderung mehrere Handlungsoptionen verfügbar sind, spielt die Selbstwirksamkeit eine wichtige Rolle in menschlichen Selektions- und Entscheidungsprozessen. Dabei entscheiden Personen sich häufig für die Handlungsalternative, für die sie ihre individuellen Fähigkeiten am höchsten einschätzen (Bandura, 1992, zitiert nach Breker, 2015).

Neben der Selbstwirksamkeit ist auch die familiäre Unterstützung von großer Bedeutung für die Handlungsmotivation. Bagci (2018) konnte eine signifikante Interaktion zwischen Selbstwirksamkeit und familiärer Unterstützung in Bezug auf die Ausbildungsmotivation feststellen. Kinder, die nur wenig familiäre Unterstützung erhalten, konnten dabei noch stärker von ihrer Selbstwirksamkeit profitieren als Kinder mit viel familiärer Unterstützung.

Selbstwirksamkeit hat allerdings nicht nur Auswirkungen auf die Bildung von Handlungsintentionen, sondern auch auf die Selbstregulation bei der Durchführung und Aufrechterhaltung von Verhalten. Dieser volitionale Aspekt wird vor allem bei Widerständen bedeutsam, wie z. B. der Gefahr der Ablenkung durch kurzfristig attraktivere Verhaltensalternativen (Schwarzer & Jerusalem, 2002). Dabei müssen handelnde Personen kompetente Strategien zur Zielerreichung entwickeln, sich gegen Rückfälle schützen und sich im Falle eines Rückfalls wieder erholen und zu konsequentem Verhalten zurückkehren. Dabei ist der Einfluss von Selbstwirksamkeit auf die Selbstregulation unabhängig von den tatsächlichen Fähigkeiten einer Person, sodass Selbstwirksamkeit hier einen eigenen Beitrag zur Selbstregulation leistet und nicht nur Folge der intellektuellen Fähigkeiten der Person ist. Eine niedrige Selbstwirksamkeit kann bei der Durchführung von Handlungen zu erhöhtem Stresserleben und höherer Vulnerabilität führen, was wiederum die Stabilisierung der defizitären Selbstwirksamkeit mit sich bringt (Schwarzer & Jerusalem, 2002). Dies kann im Sinne der Self-Fulfilling Prophecy von Merton (1948) zu einem Teufelskreis der sich stetig verschlechternden Selbstwirksamkeit führen. Umgekehrt kann die Self-Fulfilling Prophecy auch positive Konsequenzen bzgl. Selbstwirksamkeit mit sich bringen, da der Zusammenhang zwischen Handlungserfolg und Selbstwirksamkeit nicht uni- sondern bidirektional ist, wie eine längsschnittlich angelegte Studie aus Italien verdeutlicht. Dort zeigten Schüler mit hohem schulischem Erfolg am Ende der Mittelstufe eine höhere Selbstwirksamkeit bzgl. schulischer Fähigkeiten, welche sich wiederum positiv auf den schulischen Erfolg in der

Oberstufe auswirkte (Carprara, Vecchione, Alessandri, Gerbino & Barbaranelli, 2011). Somit wirkt sich Selbstwirksamkeit sowohl während als auch nach der Situationsbewältigung positiv auf das Verhalten aus.

2.3.2 Berufswahl und Erfolg

Selbstbezogene Kognitionen, wie die Selbstwirksamkeit, sind auch bei langfristigen Abwägungs- und Entscheidungsprozessen entscheidend und dienen der Beantwortung der Frage, ob eine bestimmte Aufgabe in der Zukunft bewältigt werden kann oder nicht (Kosuch, 2010). Eine hohe Selbstwirksamkeit kann somit helfen, sich sowohl akademisch als auch finanziell zu behaupten, soziale Hindernisse zu überwinden und ein hohes Maß an Ausdauer und Anstrengung bei der Verfolgung der eigenen Karriere an den Tag zu legen (Zeldin et al., 2008).

Eine Meta-Analyse von Honicke und Broadbent (2016) konnte bestätigen, dass ein moderater positiver Zusammenhang zwischen akademischer Selbstwirksamkeit und Erfolg besteht. Eine hohe Selbstwirksamkeit führt demnach zur Auswahl schwierigerer Aufgaben, längerem Durchhaltevermögen bei komplexen Aufgaben und der Adaption von effektiveren Lernstrategien nach Misserfolgen. Faktoren, wie z. B. Aufwandsregulierung, Prokrastination oder Neurotizismus, stellen relevante Mediatoren in dem Zusammenhang dar (Honicke & Broadbent, 2016). Dieser Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeit und Erfolg wird zusätzlich durch Informationsverarbeitungsprozesse moderiert (Jerusalem, 1991, zitiert nach Schwarzer & Jerusalem, 2002). Bei anspruchsvollen Aufgaben gewichten Personen mit hoher Selbstwirksamkeitserwartung die positiven Faktoren der Aufgabe besonders stark und schätzen ihre Erfolgchancen und ihren Nutzen besonders hoch ein, was zu einer zuversichtlichen Exploration der Lösungs- und Handlungsmöglichkeiten führt. Bei niedriger Selbstwirksamkeit dominiert ein negativer Verarbeitungsstil, sodass ungünstige Fremdbewertungen besonders beachtet und in die Selbstbewertung übernommen werden. Dies führt zur Stabilisierung von Versagensängsten (Jerusalem, 1991, zitiert nach Schwarzer & Jerusalem, 2002).

Campbell und Hackett (1986) konnten zeigen, dass bei Erfolgserlebnissen nicht nur die Selbstwirksamkeit, sondern auch das Interesse für diesen Bereich steigt. Bei Misserfolg ist von einem sinkenden Interesse auszugehen. Ist zum Zeitpunkt des Misserfolgs bereits eine starke Selbstwirksamkeitsüberzeugung vorhanden, so haben einzelne Misserfolge keinen starken negativen Einfluss, sondern werden in zielgerichtetes Verhalten umgesetzt (Schwarzer & Jerusalem, 2002). Bezüglich des Einflusses von Erfolg und Misserfolg gibt es allerdings deutliche Geschlechtsunterschiede. Frauen attribuieren den erlebten Erfolg eher als Glück und sind nach einem Miss-

erfolg signifikant unzufriedener mit sich selbst als Männer. Generell schätzen Frauen eigenen Erfolg und eigene Fähigkeiten geringer ein als Männer (Campbell & Hackett, 1986).

Beruflich interessieren sich Männer meist eher für MINT-Berufe (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik), während Frauen eher Berufe aus dem sozialen Bereich wählen (Tellhed, Bäckström & Björklund, 2017). Somit herrscht in beiden Bereichen in deutliches Geschlechterungleichgewicht. Laut Tellhed et al. (2017) ist lediglich die Unterrepräsentation der Frauen in MINT-Berufen durch den Faktor Selbstwirksamkeit zu erklären. Dort weisen Frauen eine deutlich geringere Selbstwirksamkeit auf als in sozialen Berufen. Bei Männern ist die Selbstwirksamkeit hingegen für beide Bereiche gleich hoch. Die Unterrepräsentation von Männern in sozialen Berufen wurde in der zuvor genannten Studie durch Defizite im sozialen Zugehörigkeitsgefühl erklärt. Betz und Hackett (1986) erläuterten bereits, dass Selbstwirksamkeitsdifferenzen zwischen Männern und Frauen auf unterschiedliche Ausprägungen der bereits erwähnten vier Quellen der Selbstwirksamkeit (siehe Abschnitt Konstrukt und Quellen der Selbstwirksamkeit) zurückzuführen sind. Diese resultieren aus Geschlechtsunterschieden in der Sozialisation und führen schließlich zu Unterschieden in der Berufswahl. Zu Sozialisationsunterschieden zählen beispielsweise geschlechterstereotype Begabungseinschätzungen der Eltern, die sich auf die fachspezifischen Selbstwirksamkeitserwartungen, Leistungsattributionen und Interessen des Kindes auswirken (Dresel et al., 2007; zitiert nach Buchmann & Kriesi, 2012).

Frauen, die in MINT-Berufen arbeiten, nutzen demnach meist Informationen und stellvertretende Erfahrungen aus dem sozialen Umfeld, um ihre Selbstwirksamkeitsüberzeugung zu bilden (Zeldin, Britner & Pajares, 2008). Dabei orientieren sie sich an Personen, die der eigenen ähneln, so dass es bei Erfolgen dieser Person zur Stärkung der eigenen Selbstwirksamkeit kommt. Sie berufen sich auf interpersonelle Beziehungen aus früheren Lebensepisoden und können so das Vertrauen in sich selbst stärken, in einer Männerdomäne bestehen zu können. Die Selbstwirksamkeit von Männern beruht im Gegensatz dazu meist auf laufenden Erfolgen. Zudem erinnern sie sich auch weniger an akademische oder soziale Hindernisse und stellen nur selten infrage, ob sie für einen MINT-Beruf geeignet sind (Zeldin et al., 2008). Bei Männern ist außerdem kein Unterschied in der berufsbezogenen Selbstwirksamkeit bei traditionell weiblichen und männlichen Berufen zu erkennen, wobei die Selbstwirksamkeit bei Frauen für traditionell weibliche Berufe signifikant höher ist als für nicht traditionelle (Betz & Hackett, 1986).

Trotz der vielen positiven Konsequenzen, die Selbstwirksamkeit im Berufskontext mit sich bringt, kann eine zu hohe Ausprägung auch negative

Auswirkungen haben (Del Líbano, Llorens, Salanova & Schaufeli, 2012). Obwohl Selbstwirksamkeit mit beruflichem Engagement und Arbeitszufriedenheit korreliert, ist auch ein positiver Zusammenhang zwischen hoher berufsbezogener Selbstwirksamkeit und Arbeitssucht zu finden. Diese geht wiederum mit Arbeitsüberbelastung sowie Familienkonflikten einher und hat somit eine gesundheitsschädliche Wirkung. Daraus lässt sich schließen, dass bei zu hoher beruflicher Selbstwirksamkeit die Gefahr besteht, so viel und gleichzeitig zwanghaft zu arbeiten, dass keine Zeit mehr bleibt, die Arbeit zu genießen. Dies kann in der Konsequenz zu Unzufriedenheit führen. Der Motivationseffekt von beruflichem Engagement und Arbeitszufriedenheit geht verloren (Del Líbano et al., 2012). Zudem ist davon auszugehen, dass nicht nur die Selbstwirksamkeit selbst, sondern auch ihre Konsequenzen kontextabhängig sind (Salanova, Lorente & Martínez, 2012). Demnach kann eine zu hohe Selbstwirksamkeit im Sinne der Selbstüberschätzung in manchen Kontexten negative Konsequenzen mit sich bringen. Gerade in Kontexten, in denen Sicherheitsverhalten eine wichtige Rolle spielt, wie beispielsweise im Beruf als Bauarbeiter, werden bei hoher Selbstwirksamkeit vermehrt riskante Verhaltensweisen und weniger Sicherheitsverhalten gezeigt (Salanova et al., 2012).

2.3.3 Bewältigung und Umgang mit Problemsituationen

Eine theoretische Grundlage für den erfolgreichen Umgang mit Problemlagen, in die sich zudem die Rolle der Selbstwirksamkeit integrieren lässt, ist das Zwei-Prozess-Modell der Entwicklungsregulation (Brandtstädter, 2001, 2007a, 2007b, 2011; Brandtstädter & Renner, 1990). Die Problemsituation, die bewältigt werden muss, ist im Falle des Modells eine wahrgenommene und als unangenehm erlebte Zieldiskrepanz. Es wird zwischen den antagonistischen Regulationsprozessen der Assimilation und Akkommodation unterschieden, welche beide dazu führen sollen, den aversiven Zustand der wahrgenommenen Diskrepanz zwischen Soll- und Ist-Zustand zu verringern (Brandtstädter & Rothermund, 2002). Der assimilative Modus kommt in Situationen zum Tragen, die als veränderbar erlebt werden, und bezieht sich dementsprechend auf die aktive Gestaltung und Veränderung der Situation, um die Verfolgung persönlicher Ziele bis zu deren Erreichen aufrechtzuerhalten (Brandtstädter, 2007a; vgl. Abschnitt Motivationale Aspekte der Selbstwirksamkeit). Da hierfür positive Erwartungshaltungen und Erfolgszuversicht wichtig sind, spielen Kontroll- und Selbstwirksamkeitsüberzeugungen eine Rolle bei assimilativen Mechanismen (Brandtstädter, 2011). Bereits Bandura (1997) berichtete, dass selbstwirksame Personen länger auf der Erreichung ihrer Ziele beharren. Dabei sind diese Ziele im Ge-

gensatz zu denen von weniger selbstwirksamen Personen realistischer und müssen folglich auch seltener modifiziert werden. Wenn aktives Problemlösen im Sinne des assimilativen Prozesses aufgrund unveränderlicher Bedingungen oder fehlender Ressourcen nicht (mehr) möglich ist (vgl. hierzu auch Abschnitt Entwicklung der Selbstwirksamkeit über die Lebensspanne), können die Anpassung eigener Standards oder das Umdeuten von Situationen dazu verhelfen, die Zieldiskrepanz zu vermindern. Konkret kann dies für das Individuum auch bedeuten, das persönliche Anspruchsniveau zu verringern, sich von vorherigen Zielen loszulösen oder diese abzuwerten. Diese Prozesse beschreiben die akkommodative Regulation im Sinne des Zwei-Prozess-Modells und sind im Gegensatz zur Assimilation nicht intentional (Brandtstädter, 2007a). Durch akkommodative Bewältigung ist es trotz bzw. aufgrund der Loslösung oder Abwertung von Zielen nicht nur möglich, das Selbstbild zu stabilisieren. Zudem wirkt sich diese Art der Bewältigung positiv auf die Aufrechterhaltung subjektiv erlebter Kontrolle und Selbstwirksamkeit aus, was für künftige Lebensumstände und Situationen wichtig sein kann (Brandtstädter, 2007b). Selbstwirksamkeit ist also zum einen eine Bedingung für Prozesse, bei denen Ziele aktiv und beharrlich verfolgt werden. Sie kann dementsprechend als Ressource für den Umgang mit bestimmten Problemlagen und somit für Bewältigung aufgefasst werden. Zum anderen kann Selbstwirksamkeit bzw. deren Aufrechterhaltung als Konsequenz erfolgreicher Anpassung interner Standards oder der Loslösung und Abwertung vorheriger Ziele betrachtet werden.

Ein praktisches Beispiel soll die Bedeutung der Selbstwirksamkeit für Bewältigungssituationen im Kontext der Zielerreichung verdeutlichen: Eine Situation, die die Lebensumstände erheblich verändert und mit der daher auch häufig ein Perspektivwechsel bezüglich vorheriger Ziele einhergeht, ist der unerwünschte Verlust der Arbeit. Paul und Moser (2009) belegen, dass Arbeitslosigkeit mit psychischer Belastung (Ängstlichkeit und Depressivität), geringerer Lebenszufriedenheit und einem niedrigeren Selbstwertgefühl assoziiert ist. Rusu, Chiriac, Sălăgean & Hojbotă (2013) untersuchten in ihrer Langzeitstudie Personen, die ihre Anstellung kurz zuvor verloren hatten. Sie fanden einen signifikanten negativen Zusammenhang zwischen der auf die Jobsuche bezogenen Selbstwirksamkeit und Angst bzw. Sorgeempfinden. Fort, Jacquet und Leroy (2011) konnten zeigen, dass die Selbstwirksamkeit einen direkten positiven Einfluss auf die Arbeitssuche und das diesbezügliche Planungsverhalten hatte. Zudem wurde belegt, dass Selbstwirksamkeit positiv mit der Intensität der Arbeitssuche zusammenhängt (Zikic & Saks, 2009). Die Befunde zeigen, dass Personen mit einer höheren Ausprägung des Konstrukts eine kompetentere und intensivere Zielverfolgung auf dem Arbeitsmarkt aufweisen.

2.3.4 Der Zusammenhang von Selbstwirksamkeit und gesundheitlichen Aspekten

Im Folgenden wird zunächst darauf eingegangen, welche Bedeutung Selbstwirksamkeit generell im Kontext Gesundheit hat und wie sie sich beispielsweise auf die subjektive Lebensqualität von Personen mit verschiedenen Erkrankungen auswirkt. Weiterhin widmet sich dieses Kapitel der Bedeutung der Selbstwirksamkeit für gesundheitsförderliche Verhaltensweisen.

Gesundheit und Krankheit

Selbstwirksamkeit scheint für verschiedene Bereiche im Kontext Gesundheit und Krankheit ein höchst relevantes Konstrukt zu sein. Die Forschung widmet sich beispielsweise der subjektiven Gesundheit (Andersén, Larsson, Pingel, Kristiansson & Anderzén, 2018), der Lebenszufriedenheit während Behandlungsphasen schwerwiegender Erkrankungen (Bentsen, Wentzel-Larsen, Henriksen, Rokne & Wahl, 2010) und psychischer Gesundheit (Öst, Thulin & Ramnerö, 2004).

Junge Erwachsene mit verschiedenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die geringere Selbstwirksamkeitswerte aufweisen, berichten über ein schlechteres subjektives Gesundheitsempfinden im Vergleich zu Probanden mit höherer Selbstwirksamkeit (Andersén et al., 2018). Bentsen et al. (2010) führten eine Studie mit Personen durch, die an der Lungenerkrankung COPD (chronic-obstructive-pulmonary-disease) leiden und daher an einem pulmonalen Rehabilitationsprogramm teilnahmen. Sie konnten zeigen, dass höhere Selbstwirksamkeit mit geringeren psychosozialen Auswirkungen einhergeht. Zudem war Selbstwirksamkeit ein signifikanter Prädiktor für den Gesundheitsstatus und die generelle Lebensqualität der Patienten. Insbesondere das Erhalten einer Krebsdiagnose und die sich daran anschließende Behandlung verlangt Patienten viele Ressourcen ab (Merluzzi, Nairn, Hegde, Martinez-Sanchez & Dunn, 2001). Höhere Selbstwirksamkeit stellt sich hierbei als Prädiktor für geringere Anpassungsschwierigkeiten heraus (Manne et al., 2006). Das Konstrukt geht zudem mit geringerer psychischer Belastung im Zuge der Diagnose Brustkrebs einher (Beckham, Burkner, Lytle, Feldman & Costakis, 1997). Unabhängig von Erkrankungen ist Selbstwirksamkeit außerdem einer der wichtigsten Prädiktoren für das Wohlbefinden im Alter (Hallisch & Geppert, 2000).

Seit über 20 Jahren beschäftigt sich die Forschung intensiv mit dem Zusammenhang von Selbstwirksamkeit und psychischen Störungen. Es zeigt sich über verschiedene Studien hinweg, dass eine geringe Ausprägung der Selbstwirksamkeit mit Angst (Öst et al., 2004; Takaki, 2003; Hoffart, 1995)

und Depressionen (Sympa et al., 2018; Sacco et al., 2005; Tucker, Brust, Pierce, Fristedt & Pankratz, 2004; Arnstein, Wells-Federmann & Caudill, 2001) einhergeht.

Gesundheitsförderliches Verhalten

Die Beziehung zwischen Selbstwirksamkeit und Gesundheitsverhalten wurde in den letzten Jahren häufig untersucht. Die Studien bezogen sich dabei sowohl auf allgemeines Gesundheitsverhalten (Von, Sheryl, Anchalee, Najin & Duck-Hee, 2004) als auch spezifische Verhaltensweisen, wie Brustab tastungen zur Krebsvorsorge (Dierks, 2002).

Selbstwirksamkeit ist in vielen theoretischen Modellen eine Kernkomponente, für die ein wesentlicher Beitrag zum Aufbau gesundheitsförderlichen Verhaltens postuliert wird. Auch die bereits erläuterte Theorie geplanten Handelns von Ajzen (1991) wird häufig auf konkretes Gesundheitsverhalten angewendet (z. B. bei Tolma, Reininger, Evans & Ureda, 2006). Ein Modell, welches dabei unterschiedliche Facetten der Selbstwirksamkeit berücksichtigt, ist das Sozialkognitive Prozessmodell des Gesundheitsverhaltens oder auch Health Action Process Approach (HAPA, Schwarzer, 1992, 2011). In diesem Modell wird zwischen der motivationalen und der volitionalen Phase unterschieden. Es wird angenommen, dass die Handlungsselbstwirksamkeit – neben der Ausgangserwartung und Risikowahrnehmung – die Intention für ein Verhalten beeinflusst. Die Aufrechterhaltungsselbstwirksamkeit wirkt sowohl auf die Planung als auch die Durchführung der Handlung. Die dritte Facette ist die Wiederaufnahme-Selbstwirksamkeit, welche sich auf die Erfahrung von Misserfolg und Erholung nach Rückschlägen bezieht und dementsprechend für die Handlungsphase entscheidend ist. Die Abbildung 3 (nach Schwarzer, 2008) zeigt die einzelnen Komponenten des Modells und deren Beziehungen untereinander. In seinem Artikel beschreibt Schwarzer (2008) sieben Studien, die zeigen, dass die Annahmen des HAPA in Einklang mit Daten verschiedener Stichproben stehen und auf verschiedene Gesundheitsverhaltensweisen anwendbar sind (z. B. gesunde Ernährung; Renner & Schwarzer, 2005).

Unabhängig von expliziten theoretischen Modellen war gesundheitsförderliches Verhalten in Verbindung mit Selbstwirksamkeitserwartungen ein viel untersuchtes Forschungsgebiet der letzten Jahre. Von et al. (2004) untersuchten den Einfluss von Selbstwirksamkeit auf einige allgemeine gesundheitsbezogene Verhaltensweisen bei Studenten aus den USA. Sie fanden, dass höhere Selbstwirksamkeit mit geringerem Alkoholkonsum, höherer körperlicher Aktivität und gesünderer Ernährung einhergeht. Auch das generelle Sicherheitsverhalten – z. B. das Tragen eines Helmes, Sonnen-

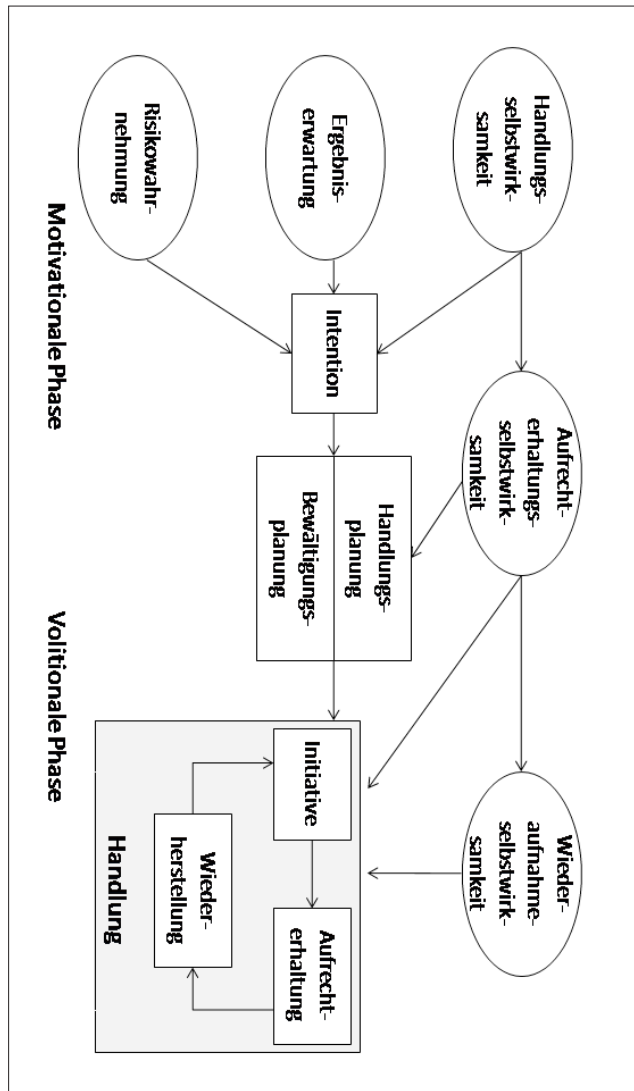


Abbildung 3: HAPA, zitiert nach Schwarzer (2008).

schutzmaßnahmen und die Benutzung von Anschnallgurten – korreliert in der Studie mit Selbstwirksamkeit.

Untersuchungen wurden ebenso im Bereich der spezifischen Gesundheitsvorsorge durchgeführt. So zeigte sich, dass Selbstwirksamkeit die Durchführung der Selbstuntersuchung der Brust zur Brustkrebsvorsorge bei Frauen vorhersagt (Dierks, 2002; Friedmann, Nelson, Webb, Hoff-

mann & Baer, 1994). Zudem scheint Selbstwirksamkeit ein starker Prädiktor dafür zu sein, eine Intention auszubilden, sich der Mammografie-Untersuchung zur Brustkrebsfrüherkennung zu unterziehen (Tolma et al., 2006) und erfolgreich mit dem Rauchen aufzuhören (Badr & Moody, 2005). In einem südafrikanischen Gebiet mit hoher HIV-Rate fanden Forscher außerdem, dass eine hohe auf die Sexualität bezogene Selbstwirksamkeit bei Männern mit konsistenter Kondombenutzung assoziiert ist (Closson et al., 2018). Höhere Raten bezüglich der Kondomnutzung fanden sich auch bei Paaren aus Südafrika, die höhere Selbstwirksamkeitswerte in Bezug auf sexuelle Kommunikation innerhalb der Beziehung aufweisen (Leddy, Chakravarty, Dladla, de Bruyn & Darbes, 2016).

Nicht nur im Bereich der Vorsorge, auch hinsichtlich der Verhaltensweisen bei bereits gestellten Diagnosen und im Zuge von Behandlungen verschiedener Krankheiten scheint Selbstwirksamkeit eine wichtige Rolle zu spielen. Tharek et al. (2018) fanden eine positive Beziehung zwischen Selbstwirksamkeit und der regelmäßigen Kontrolle des Blutzuckerspiegels bei Diabetespatienten. Bei Patienten mit Schlafapnoe belegt eine aktuelle Studie den Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeit und der Compliance bei der Behandlung mithilfe einer Atemmaske (CPAP-Therapie, Philip et al., 2018). Zudem ist höhere Selbstwirksamkeit bei Personen mit Lungenerkrankungen mit einer gesteigerten körperlichen Aktivität assoziiert (Bentsen et al., 2010).

2.4 Förderung der Selbstwirksamkeit

Die bisherigen Ausführungen haben gezeigt, dass Selbstwirksamkeit eine bedeutsame Ressource in verschiedensten Lebensbereichen darstellt. Daher verwundert es nicht, dass Untersuchungen sich der Frage gewidmet haben, inwiefern sich Selbstwirksamkeit im Zuge verschiedener Interventionen verändert. Hoffart (1995) fand einen Anstieg der Selbstwirksamkeit im Verlauf einer kognitiven Verhaltenstherapie. Eine aktuelle Untersuchung belegt, dass ein 16-wöchiges Bikram-Yoga-Programm das generelle Selbstwirksamkeitserleben signifikant erhöht (Hewett, Pumpa, Smith, Fahey & Cheema, 2018). Einen besonderen Stellenwert nimmt die Förderung der Selbstwirksamkeit in der kognitiv-behavioralen Schmerztherapie ein, da ein Mangel dieser Kognition durch das darauffolgende Gefühl der Hilflosigkeit zur Chronifizierung beiträgt (Flor, 1999). Schneider und Rief (2007) belegen, dass unter anderem Verbesserungen der Schmerzbewältigungsstrategien und die Erfahrung von Therapieerfolgen innerhalb einer verhaltenstherapeutischen Intervention die Selbstwirksamkeitserwartungen von Patienten mit anhaltender somatoformer Schmerzstörung steigern.

Da Selbstwirksamkeit als stärkster Prädiktor für erfolgreiche Selbst- und Handlungsregulation gilt, ist die Förderung auch im schulischen Rahmen besonders wichtig (Schwarzer & Jerusalem, 2002). Viele Forschungsarbeiten und Konzepte zum Thema Selbstwirksamkeit stammen daher aus dem pädagogischen Kontext. Nach Kosuch (2010) sind die vier Quellen der Selbstwirksamkeit (siehe Abschnitt Konstrukt und Quellen der Selbstwirksamkeit) nicht gleich effektiv, da insbesondere direkte Erfahrungen durch eigenes Handeln die Selbstwirksamkeit stärken. Dies kann im Schulkontext durch die Auswahl von Aufgaben mit angemessenem Schwierigkeitsgrad realisiert werden. Auch indirekte Erfahrungen durch die Beobachtung eines erfolgreichen Modells, welches als ausreichend ähnlich zur eigenen Person wahrgenommen wird, kann die Einschätzung der eigenen Fähigkeiten positiv beeinflussen. Der Kontakt und die förderliche Beziehung zur Lehrperson sollten durch Ermutigung und Zuspruch gekennzeichnet sein, um im Sinne der vier Quellen der Selbstwirksamkeit soziale und emotionale Unterstützung zu garantieren (Kosuch, 2010). Förderlich kann es in dem Zusammenhang auch sein, wenn die Lehrperson selbst über eine hohe Selbstwirksamkeit verfügt und den Schülern diese vorlebt (Breker, 2015). Des Weiteren sollten durch Feedback im Lernumfeld positive Emotionen ausgelöst werden, um eine handlungsaktivierende Wirkung hervorzurufen (Kosuch, 2010). Dabei ist ein konstruktiver Umgang mit Fehlern von großer Bedeutung (Breker, 2015). Allerdings beeinflussen die vier Quellen die Selbstwirksamkeit nicht automatisch. Es kommt dabei auf die subjektive Einschätzung der Gesamtsituation an, wie z. B. die Bedeutung verschiedener Fähigkeiten für den Schüler selbst, die wahrgenommene Anstrengung oder die Ähnlichkeit und Glaubwürdigkeit von Modellen (Schwarzer & Jerusalem, 2002).

Zudem kann auch das Setzen von Nahzielen zu einer Förderung von Selbstwirksamkeit beitragen, da sie aufgrund ihrer geringen zeitlichen Entfernung durch Überschaubarkeit und Erreichbarkeit gekennzeichnet sind. Eine schrittweise Erreichung von Teilzielen und eine Rückmeldung über Fortschritte durch die Lehrperson können so zu mehr Selbstwirksamkeit des Schülers führen. Komplexe Ziele sollten dabei in Teilziele aufgeteilt werden, um das Risiko des Aufgebens zu verringern (Schwarzer & Jerusalem, 2002).

2.5 Zusammenfassung

Selbstwirksamkeit beschreibt die subjektiven Überzeugungen einer Person, über erforderliche Fähigkeiten zur Bewältigung von Anforderungen zu verfügen und diese zielführend einsetzen zu können. Ihre Entwicklung beginnt bereits im frühen Kindesalter und zeigt sich als ein fortlaufender

Prozess über die gesamte Lebensspanne hinweg. Frühe Erfahrungen prägen das Selbstwirksamkeitserleben besonders stark und beeinflussen seine weitere Entwicklung. Selbstwirksamkeit kann in vielerlei Hinsicht als Schnittstelle zwischen Selbst und Handeln betrachtet werden. Ihre Ausprägung hat Auswirkungen auf verschiedene Bereiche menschlichen Denkens und Verhaltens. So geht eine hohe Selbstwirksamkeit mit der Wahl schwierigerer Aufgaben, einem stärkeren Durchhaltevermögen und der Adaptation bei Misserfolgen einher. Sie wird in vielen Theorien (z. B. Theorie überlegten Handelns) als zentraler Wirkfaktor für die Bildung von Handlungsintentionen, deren Umsetzung und Aufrechterhaltung betont. Bei der Bewältigung von Problemsituationen spielt die Selbstwirksamkeit insbesondere bei assimilativen und akkommodativen Prozessen eine wichtige Rolle. Selbstwirksamkeit ist besonders für verschiedene Gesundheitsbereiche ein höchst relevantes Konstrukt, welches vielfach beforscht wurde. Sie zeigt sich als Kernkomponente, für die ein wesentlicher Beitrag zum Aufbau gesundheitsförderlichen Verhaltens postuliert wird. Die Selbstwirksamkeit stellt eine bedeutsame Ressource in verschiedensten Lebensbereichen dar und wird daher in vielen Präventions- und Interventionsprogrammen gezielt gefördert.

2.6 Literaturverzeichnis

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T
- Andersén, Å., Larsson, K., Pingel, R., Kristiansson, P. & Anderzén, I. (2018). The relationship between self-efficacy and transition to work or studies in young adults with disabilities. *Scandinavian Journal of Public Health*, 46, 272-278. doi:10.1177/1403494817717556
- Arnstein, P., Wells-Federmann, C. & Caudill, M. (2001). Self-efficacy as a mediator of depression and pain-related disability in three samples of chronic pain patients. *Pain Medicine*, 2, 238-239. doi:10.1111/j.1526-4637.2001.01039.x
- Bagci, S. C. (2018). Does everyone benefit equally from self-efficacy beliefs? The moderating role of perceived social support on motivation. *Journal of Early Adolescence*, 38, 204-219. doi:10.1177/0272431616665213
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachandran (Eds.), *Encyclopedia of human behavior* (S. 71-81). New York: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Beckham, J. C., Burkner, E. J., Lytle, B. L., Feldman, M. E. & Costakis, M. J. (1997). Self-efficacy and adjustment in cancer patients: A preliminary report. *Behavioural Medicine*, 23, 138-142. doi:10.1111/j.1365-2273.1984.tb01493.x
- Bentsen, S. B., Wentzel-Larsen, T., Henriksen, A. H., Rokne, B. & Wahl, A. K. (2010). Self-efficacy as a predictor of improvement in health status and overall quality of life in pulmonary rehabilitation: An exploratory study. *Patient Education And Counseling*, 81, 5-13. doi:10.1016/j.pec.2009.11.019

- Betz, N. E. & Hackett, G. (1986). Applications of self-efficacy theory to understanding career choice behavior. *Social and Clinical Psychology*, 4, 279-289. doi: 10.1521/jscp.1986.4.3.279
- Brandtstädter, J. & Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review*, 14, 52-80. doi: 10.1006/drev.1994.1003
- Brandtstädter, J. (2001). *Entwicklung, Intentionalität, Handeln*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Brandtstädter, J. (2007a). *Das flexible Selbst: Selbstentwicklung zwischen Zielbindung und Ablösung*. Heidelberg: Elsevier/Spektrum Akademischer Verlag.
- Brandtstädter, J. (2007b). Hartnäckige Zielverfolgung und flexible Zielanpassung als Entwicklungsressourcen: Das Modell assimilativer und akkommodativer Prozesse. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne* (S. 413-445). Stuttgart: Kohlhammer.
- Badr, H. E. & Moody, P. M. (2005). Self-efficacy: A predictor for smoking cessation contemplators in Kuwaiti adults. *International Journal of Behavioral Medicine*, 12, 273-7. doi: 10.1207/s15327558ijbm1204_8
- Brandtstädter, J. (2011). *Positive Entwicklung: Zur Psychologie gelingender Lebensführung*. Heidelberg: Springer.
- Brandtstädter, J. & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5, 58-67.
- Brandtstädter, J., & Rothermund, K. (2002). The life-course dynamics of goal pursuit and goal adjustment: A two-process framework. *Developmental Review*, 22, 117-150. doi: 10.1006/drev.2001.0539
- Breker, T. A. (2015). *Fähigkeitsselbstkonzept, Selbstwirksamkeit & Mindset – Wie können Lehrkräfte Erkenntnisse aus der Sozial-Kognitiven-Psychologie nutzen, um die Potenzialentfaltung von Schülerinnen und Schülern zu fördern?* Europa-Universität Vidarına, Frankfurt (Oder).
- Brisch, K. H. & Hellbrügge, T. (2007). *Der Säugling – Bindung, Neurobiologie und Gene: Grundlagen für Prävention, Beratung und Therapie*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Buchmann, M. & Kriesi, I. (2012). Geschlechtstypische Berufswahl: Begabungsschreibungen, Aspirationen und Institutionen. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 52, 256-280. doi: 10.1007/978-3-658-00120-9_11
- Campbell, N. K. & Hackett, G. (1986). The effects of mathematics task performance on math self-efficacy and task interest. *Journal of Vocational Behavior*, 28, 149-162. doi: 10.1016/0001-8791(86)90048-5
- Caprara, G. V., Bandura, A., Barbaranelli, C., Gerbino, M. & Pastorelli, C. (2003). Role of Affective Self-Regulatory Efficacy in Diverse Spheres of Psychosocial Functioning. *Child Development*, 74, 769-782. doi: 10.1111/1467-8624.00567
- Caprara, G. V., Vecchione, M., Alessandri, G., Gerbino, M. & Barbaranelli, C. (2011). The contribution of personality traits and self-efficacy beliefs to academic achievement: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 81, 78-96. doi: 10.1348/2044-8279.002004
- Closson, K., Dietrich, J. J., Lachowsky, N. J., Nkala, B., Palmer, A., Cui, Z. et al. (2018). Gender, sexual self-efficacy and consistent condom use among adoles-

- cents living in the HIV hyper-endemic setting of Soweto, South Africa. *AIDS and Behavior*, 22, 671-680. doi: 10.1007/s10461-017-1950-z
- Coleman, P. & Karraker, K. (2000). Parenting Self-Efficacy among Mothers of School-Age Children: Conceptualization, Measurement, and Correlates. *Family Relations*, 49, 13-24. doi: 10.1111/j.1741-3729.2000.00013.x
- Del Libano, M., Llorens, S., Salanova, M. & Schaufeli, W. B. (2012). About the dark and bright sides of self-efficacy: Workaholism and work engagement. *The Spanish Journal of Psychology*, 15, 688-701. doi: 10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n2.38883
- Dierks, M. L., (2002). Brustselbstuntersuchung. In R. Schwarzer, M. Jerusalem & M. Weber (Hrsg.) *Gesundheitspsychologie von A-Z* (S.52-55). Göttingen: Hogrefe.
- Filipp, S.-H. & Mayer, A.-K. (2005). Selbstkonzept-Entwicklung. In J. B. Asendorpf (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie: Entwicklungspsychologie: Soziale, emotionale und Persönlichkeitsentwicklung* (S. 259-334). Göttingen: Hogrefe.
- Fishbein, M. & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Flor, H. (1999). Verhaltensmedizinische Grundlagen chronischer Schmerzen. In H.-D. Basler, C. Franz, B. Kröner-Herwig, H.-P. Rehfish & H. Seemann (Hrsg.), *Psychologische Schmerztherapie: Grundlagen, Diagnostik, Krankheitsbilder, Behandlung* (S. 123-139). Berlin/Heidelberg/New York: Springer
- Fort, I., Jacquet, F. & Leroy, N. (2011). Self-efficacy, goals, and job search behaviors. *Career Development International*, 16, 469-481. doi: 10.1108/13620431111168886
- Friedmann, L. C., Nelson, D. V., Webb, J. A., Hoffmann, L. P. & Baer, P. E. (1994). Dispositional optimism, self-efficacy, and health beliefs as predictors of breast selfexamination. *American Journal of Preventive Medicine*, 10, 130-135.
- Glasenapp, J. (2010). Im Spannungsfeld von Sicherheit und Freiheit: Über Deinstitutionalisierung in der Behindertenhilfe (Forum Behindertenpädagogik). Münster: LIT.
- Hallisch, F. & Geppert, U. (2000). Wohlbefinden im Alter: Der Einfluss von Selbstwirksamkeit, Kontrollüberzeugungen, Bewältigungsstrategien und persönlichen Zielen. Ergebnisse aus der Münchener GOLD-Studie. In F. Försterling, J. Stiensmeier-Pelster & L. M. Silny (Hrsg.), *Kognitive und emotionale Aspekte der Motivation* (S. 121-125). Göttingen: Hogrefe.
- Hazard, P. (1997). *Humanökologische Perspektiven in der Gesundheitsförderung*. Wiesbaden: VS Verlag.
- Hoffart, A. (1995). Cognitive mediators of situational fear in agoraphobia. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 26, 313-320.
- Hewett, Z. L., Pumpa, K. L. Smith, C. A., Fahey, P. P. & Cheema, B. S. (2018) Effect of a 16-week bikram yoga program on perceived stress, self-efficacy and health-related quality of life in stressed and sedentary adults: A randomised controlled trial. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21, 352-357. doi: 10.1016/j.jsams.2017.08.006
- Honick, T. & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63-84. doi: 10.1016/j.edurev.2015.11.002
- Jerusalem, M. & Hopf, D. (Hrsg.). (2002). *Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen*. Weinheim: Beltz.

- Keller-Schneider, M. (2012). „Nun bin ich im Beruf angekommen – aber es war anstrengend!“. Prädiktoren der Kompetenz und der Beanspruchung von Lehrpersonen Ende des ersten Berufsjahres. In: T. Hascher & G. H. Neuweg (Hrsg.). *Forschung zur (Wirksamkeit der) Lehrer/innen/bildung*, S. 221-238. Wien: LIT-Verlag.
- Kosuch, R. (2010). Selbstwirksamkeit und Geschlecht - Impulse für die MINT-Didaktik. In D. Kröll (Hrsg.), „Gender und MINT“. Schlussfolgerungen für Unterricht, Beruf und Studium (S. 12-36). Kassel: University Press GmbH.
- Kröll, D. (Hrsg.). (2010). «Gender und MINT» Schlussfolgerungen für Unterricht, Beruf und Studium. Kassel: University Press GmbH.
- Leddy, A., Chakravarty, D., Dladla, S., De Bruyn, G. & Darbes, L. (2016). Sexual communication self-efficacy, hegemonic masculine norms and condom use among heterosexual couples in south africa. *AIDS Care*, 28, 228-233. doi: 10.1080/09540121.2015.1080792
- Laucht, M., Schmidt, M. & Esser, G. (2000). Längsschnittforschung zur Entwicklungsepidemiologie psychischer Störungen: Zielsetzung, Konzeption und zentrale Befunde der Mannheimer Risikokinderstudie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 4, 246-262. doi: 10.1026//0084-5345.29.4.246
- Manne, S. L., Ostroff, J. S., Norton, T. R., Fox, K., Grana, G. & Goldstein, L. (2006). Cancer-specific self-efficacy and psychosocial and functional adaptation to early stage breast cancer. *Annals of Behavioural Medicine*, 31, 145-154. doi: 10.1207/s15324796abm3102_6
- Merton, R. K. (1948). The self-fulfilling prophecy. *The Antioch Review*, 8, 193-210. doi: 10.2307/4609267
- Mone, M. (1994). Comparative validity of two measures of self-efficacy in predicting academic goals and performance. *Educational and Psychological Measurement*, 54, 516-529. doi: 10.1177/0013164494054002026
- Müller, E. (2012). „Ich kann das!“ Selbstwirksamkeit bei Kindern fördern. *kinder-garten heute –Das Leitungsheft*, 2, 4-9.
- Orth, U., Robins, R. & Widaman, K.F. (2012). Lifespan development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271-1288. doi: 10.1037/a0025558
- Öst, L. G., Thulin, U. & Ramnerö, J. (2004). Cognitive behavior therapy vs exposure in vivo in the treatment of panic disorder with agoraphobia. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1105-1127. doi: 10.1016/j.brat.2003.07.004
- Paul, K. I. & Moser, K. (2009). Incongruence as an explanation for the negative mental health effects of unemployment: Meta-analytic evidence. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 79, 595-621. doi: 10.1348/096317905X70823
- Philip, P., Bioulac, S., Altena, E., Morin, C. M., Ghorayeb, I., Coste, O. et al. (2018). Specific insomnia symptoms and self-efficacy explain CPAP compliance in a sample of OSAS patients. *PLOS One*, 13, 1-13. doi: 10.1371/journal.pone.0195343
- Radhoff, M. (2017). Bewältigung sprachlicher Herausforderungen am Ende der Grundschulzeit: Selbstwirksamkeitserwartungen in Bezug auf die Sprachhandlungskompetenz. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt.

- Renner, B. & Schwarzer, R. (2005). The motivation to eat a healthy diet: How intenders and nonintenders differ in terms of risk perception, outcome expectancies, self-efficacy, and nutrition behavior. *Polish Psychological Bulletin*, 36, 7-15.
- Rusu, A., Chiriac, D. C., Sălăgean, N. & Hojbotă, A. M. (2013). Job search self-efficacy as mediator between employment status and symptoms of anxiety. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 15, 69-75.
- Salanova, M., Lorente, L. & Martínez, I. M. (2012). The dark and bright sides of self-efficacy in predicting learning, innovative and risky performances. *The Spanish Journal of Psychology*, 15, 1123-1132. doi: 10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39402
- Sacco, W. P., Wells, K. J., Vaughan, C. A., Friedman, A., Perez, S. & Matthew, R. (2005). Depression in adults with type 2 diabetes: The role of adherence, body mass index, and self-efficacy. *Health Psychology*, 24, 630-634. doi: 10.1037/0278-6133.24.6.630.
- Schneider, J. & Rief, W. (2007). Selbstwirksamkeitserwartungen und Therapieerfolge bei Patienten mit anhaltender somatoformer Schmerzstörung (ICD-10: F45.4). *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 36, 46-56. doi: 10.1026/1616-3443.36.1.46
- Schwarzer, R. (1992). Self-efficacy in the adoption and maintenance of health behaviors: Theoretical approaches and a new model. In R. Schwarzer (Eds.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 217-243). Washington: Hemisphere.
- Schwarzer, R. (1994). Optimistische Kompetenzerwartung: Zur Erfassung einer personellen Bewältigungsressource, *Diagnostica*, 1994, 40, 105-123.
- Schwarzer, R. (2008) Modeling Health Behavior Change: How to Predict and Modify the Adoption and Maintenance of Health Behaviors. *Applied Psychology: An International Review*, 57, 1-29. doi: 10.1111/j.1464-0597.2007.00325.x
- Schwarzer, R. (2011). Health behavior change. In H. S. Friedman (Eds.), *Oxford handbook of health psychology* (pp. 591-611). New York: Oxford UP.
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (2002). Das Konzept der Selbstwirksamkeit. In M. Jerusalem & D. Hopf (Hrsg.), *Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen* (S. 28-53). Weinheim: Beltz.
- Stajkovic, A. D. & Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 124, 240-261. doi: 10.1037//0033-2909.124.2.240
- Sympa, P., Vlachou, E., Kazakos, K., Govina, O., Stamatou, G. & Lavdaniti, M. (2018). Depression and self-efficacy in patients with type 2 diabetes in northern greece. *Endocrine, Metabolic & Immune Disorders – Drug Targets*, 18, 371-378. doi: 10.2174/1871530317666171120154002
- Takaki, J., Nishi, T., Shimoyama, H., Inada, T., Matsuyama, N., Kumano, H. & Kuboki, T. (2003). Interactions among stressor, self-efficacy, coping with stress, depression, and anxiety in maintenance hemodialysis patients. *Behavioral Medicine*, 29, 107-112. doi: 10.1080/08964280309596063
- Tellhed, U., Bäckström, M. & Björklund, F. (2017). Will I fit in and do well? The importance of social belongingness and self-efficacy for explaining gender differences in interest in STEM and HEED majors. *Sex Roles*, 77, 86-96. doi: 10.1007/s11199-016-0694-y

- Tharek, Z., Ramli, A. S., Whitford, D. L., Ismail, Z., Mohd Zulkifli, M., Ahmad Sharoni, S. K. et al. (2018). Relationship between self-efficacy, self-care behaviour and glycaemic control among patients with type 2 diabetes mellitus in the Malaysian primary care setting. *BMC Family Practice*, 19, 39. doi: 10.1186/s12875-018-0725-6
- Tolma, E. L., Reininger, B. M., Evans, A. & Ureda, J. (2006). Examining the theory of planned behavior and the construct of self-efficacy to predict mammography intention. *Health Education & Behavior*, 33, 233-251. doi: 10.1177/1090198105277393
- Tucker, S., Brust, S., Pierce, P., Fristedt, C. & Pankratz, V. S. (2004). Depression coping self-efficacy as a predictor of relapse 1 and 2 years following psychiatric hospital-based treatment. *Research and Theory of Nursing Practice*, 18, 261-275.
- Urdan, T. & Parajes, F. (2006). *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*. Charlotte: Information Age Publishing.
- Von, D., Sheryl, E., Anchalee, N., Najin, P. & Duck-Hee, K. (2004). Predictors of health behaviors in college students. *Journal of Advanced Nursing*, 48, 463-71. doi: 10.1111/j.1365-2648.2004.03229.x
- Zeldin, A. L., Britner, S. L. & Pajares, F. (2008). A comparative study of the self-efficacy beliefs of successful men and women in mathematics, science, and technology careers. *Journal of Research in Science Teaching*, 45, 1036-1058. doi: 10.1002/tea.20195
- Zikic, J., & Saks, A. (2009). Job search and social cognitive theory: The role of career-relevant activities. *Journal of Vocational Behavior*, 74, 117-127. doi: 10.1016/j.jvb.2008.11.001

3. Das Selbstschema des Menschen

Ein Abgleich zwischen psychisch Gesunden und Menschen mit Depression

LAURA LEFARTH, SARA SCHIERENBERG,
FIONA LU WILLEMS UND SARAH WOLF

Die ursprüngliche Basis dieses Kapitels bildet das Kapitel „Selbstwertkonsistenz und Selbstwerterhöhung: Der „Integrative Selbstschemaansatz“ von Petersen, Stahlberg & Dauenheimer (2000) aus der Erstauflage des hiesigen Werkes. Da der Integrative Selbstschemaansatz in den letzten Jahren allerdings kaum weiter verfolgt wurde, sollen im Nachfolgenden andere Ansätze im Bereich Selbstschemata betrachtet werden, wobei der Fokus hierbei vor allem auf einem Abgleich von positiven Selbstschemata bei psychisch gesunden Menschen und negativen Selbstschemata bei depressiven Personen liegt.

Die Arbeit von Petersen et al. (2000) leitet uns dabei zu einer der zentralen Fragen in der Beobachtung von Selbstschemata und zwar der Frage nach dem Einfluss der Selbstschemata auf die Verarbeitung selbstbezogener Informationen. Wie reagieren Menschen affektiv oder kognitiv auf konsistente und auf inkonsistente Rückmeldungen über die eigene Person? Antworten darauf lassen sich in unterschiedlichsten theoretischen Positionen formulieren. In diesem Kapitel werden diese Positionen und damit verbundene empirische Arbeiten dargestellt. Dabei werden zunächst die Grundannahmen der Selbstschemata erörtert und innerhalb dieser Betrachtung ein Prototyp des Selbstschemas von gesunden Menschen festgehalten. Anschließend werden Grundannahmen und empirische Befunde aus der Selbstschemaforschung dargestellt, die sich auf die Betrachtung der Selbstschemata bei Depressionen konzentriert. Beantwortet werden soll des Weiteren die Frage, in welchem Ausmaß positive Selbstschemata bei depressiven Menschen überhaupt existieren und wie sie sich von Selbstschemata bei Gesunden abgrenzen. Schließlich wird ein Abgleich der Selbstschemata vorgestellt, der die zunächst separat vorgestellten Positionen und Befunde zu integrieren versucht.

3.1 Das Selbstschema des Menschen

Erste theoretische Formulierungen des Begriffes „Schema“ traten bereits 1932 ans Licht. Diese Formulierung charakterisiert ein Schema dadurch, dass das Gedächtnis zwar nicht in der Lage sei, die Erinnerung aller Details eines Erlebnisses zu bewerkstelligen, jedoch das Wesentliche der Situation rekonstruieren und eine kodierte Zusammenfassung des Erlebnisses in Form eines Schemas speichern zu können (Carbon & Albrecht, 2012). Der Schweizer Psychologe Piaget sieht in einem Schema eine kognitive Struktur, die durch Aufbaugesetze, sowie Entwicklungsgesetze reguliert wird (Piaget, 1964). Dabei unterscheidet Piaget (1964) zwei Entwicklungsgesetze. Zum Einen stellt die Assimilation die Anpassung der Umwelt an die entwickelten Schemata dar. Dabei werden spezifische Merkmale der Umgebung in die individuell vorhandenen psychischen Strukturen miteinbezogen. Die Akkomodation hingegen beschreibt die Anpassung der vorhandenen Schemata an die Umwelt. Dabei handelt es sich um die Modifikation der psychischen Struktur, um den Druck der Umwelt begegnen zu können. Diese zwei Prozesse werden als essentielle Gesetze in der Entwicklung eines Kindes festgehalten (Ginsburg & Oppen, 2004). Piaget (1964) begründet in seiner Untersuchung des Weiteren, dass individuelle Schemata sowohl angeboren, als auch durch Beobachtungen von schemakonsistenten Informationen in der Umwelt oder durch die Ansammlung an Erfahrungen entfaltet werden können. Innerhalb dieser Schöpfung von Erfahrungen stellt die Selbstregulation (Equilibrium) einen essentiellen Faktor dar. Sie bestimmt im Wesentlichen, wie die Entwicklung eines Kindes, sowie der Ausbau der Schemata ausfällt (Piaget, 1964). Die kognitive Entwicklung von Schemata im Allgemeinen baut sich dabei in 5 Phasen auf. In der ersten Phase, der sensomotorischen Phase, werden zunächst Aktionsschemata gebildet. Diese bilden für konkrete Handlungsausführungen den Grundstein. Bei den Handlungen handelt es sich um wesentliche Handlungen, die durch geringe Komplexität gekennzeichnet sind. In der zweiten Phase werden dann symbolische Schemata kreiert, in denen Objekte der Umwelt mit speziellen Merkmalen zu Kategorien gruppiert werden. In dieser vorbegrifflich-symbolischen Phase werden dann beispielsweise Labradore oder Pudel zu der Kategorie Hund zusammengefasst. Dieser Prozess verläuft unbewusst. Die Phase des anschaulichen Denkens bildet die dritte Komponente des Phasenmodells. Reale Objekte werden über alle Sinnesorgane wahrgenommen und in Form eines Konzeptes (Schema) abgespeichert. Hierbei werden nur die für die Konzeptbildung wichtigen Merkmale abgespeichert. Phase vier und fünf, die Phase der konkreten Operationen, sowie die Phase der formalen Operationen beschäftigen sich mit der Ausbildung größerer visueller Speicherfähigkeit und dem Umgang mit räumlichen und zeitlichen Größen. Die

3. DAS SELBSTSCHEMA DES MENSCHEN

Phasen umfassen den Prozess, in dem Konzepte der Ursprungsreize durch Variablen ersetzt werden. Es erfolgt dadurch ein leistungsfähigerer Umgang mit Speicherkapazitäten für Umwelteigenschaften. Trotzdem werden noch einfache visuelle Konzepte gespeichert. Die Anzahl, Erfassung und Verarbeitung der Objekteigenschaften werden dabei nur durch Variablen potenziert (Müller, 1987). Beck (1964) umschreibt den Begriff des Schemas als die allgemeinste und höchste Ebene der Kognition. Er erörtert, dass ein Schema als große Ansammlung von Bedeutungen zu verstehen ist. Diese Cluster von Bedeutungen beinhalten spezifische zentrale Überzeugungen und Annahmen. Zu den Überzeugungen zählen in erster Linie zentrale Sichtweisen bezüglich des Selbsts, des sozialen Umfelds und der Umwelt (Wills, 2014).

Ein konkreteres Konzept des Schemas, im Folgenden „Selbstschema“ genannt, wurde von Markus (1977) definiert. Markus interpretiert das Schema des Selbst zunächst ebenfalls als eine kognitive Struktur, die ihre Zuständigkeit in der Organisation und Steuerung selbstbezogener Informationen findet. Das Selbstschema selektiert dabei, welchen Informationen Zuwendung geschenkt und inwieweit diese gespeichert werden. Durch die Selektion erfolgt eine Ansammlung von Informationen über die eigene Person. Auch spezifische Situationen, in denen das Individuum bzw. das Selbst involviert ist und agiert formen die Vorstellung eines Selbstschemas. Jene Erfahrungen, die das Individuum aus den spezifischen Situationen zieht, zeigen sich für zukünftige soziale Interaktionen und die Selbstpräsentation in diesen als ausschlaggebend. Zu welchen Verhaltensdimensionen sich das Selbstschema ausbildet, hängt vom einzelnen Individuum ab. Dabei gilt: Ist das Schema erst einmal ausgebildet, so ist es robust und resistent. So zeigte sich in Untersuchungen, dass Personen bei schemakonsistenten Begriffen, sprich bei Merkmalen, die im Einklang mit dem Selbstbild stehen, schneller entscheiden können, ob diese sie selbst charakterisieren, als bei schemainkonsistenten Begriffen. Zusammenfassend ist festzuhalten, dass Markus (1977) zwei Wege festhält, durch die sich ein Selbstschema entwickelt. Zum einen zeichnet sich die kontextunabhängige Informationsverarbeitung durch eine autonome und von anderen Personen unabhängige Beschreibung des Selbst aus. Auf der anderen Seite bestimmt die kontextabhängige Informationsverarbeitung das Selbst vor allen Dingen durch einen sozialen Faktor und einer Verbundenheit zu anderen Menschen (siehe auch Kapitel Das Kontextabhängige Selbst). Die kontextabhängige Informationsverarbeitung ermöglicht des Weiteren die Entwicklung von Fremdschemata. Diese sind jedoch wenig detaillierter, da Personen mehr über sich selber als über andere Personen wissen. Selbstschemata erleichtern die Entschlüsselung, sowie den Abruf von selbstbezogenen Informationen. Informationen, die eine Inkonsistenz gegenüber dem ausgeprägten Selbstschema aufwei-

sen, werden nur in geringer Weise bis gar nicht entschlüsselt. Außerdem werden diese Informationen weniger gespeichert und nur mit erheblicher Schwere erinnert. Aufgrund der geringer detaillierten Präsenz dieser schemainkonsistenten Informationen werden auch Entscheidungen nur mit subjektiver Unsicherheit getroffen (Markus, 1977; Markus & Wurf, 1987).

Zur Organisation der selbstbezogenen Informationen werden spezifische Kategorien gebildet, in denen die Informationen angesiedelt werden, den sogenannten Subschemata. Dazu zählen beispielsweise ein Körperselbstschema, ein Selbstschema zu sozialen Rollen (ich als Schwester, ich als Student) oder zu anderen Zugehörigkeiten (siehe auch Kapitel Kindheit). Selbstschemata sind detailliert gestaltet, da sie die Anpassung an den Alltag steuern. Durch sie wird reguliert, welchen Informationen Zuwendung, Bewertung und Aufmerksamkeit geschenkt wird und wie die weitere Verarbeitung erfolgt. Selbstschemata sind demnach wichtige Strukturen, die sowohl die Wahrnehmung und die Enkodierung, als auch die Verarbeitung von Informationen über andere Menschen regulieren (Stürmer, 2009). Der soziale Kontext zeigt sich essentiell für die Entwicklung des Selbstschemas. Neben den Informationen und Einstellungen über die eigene Person („private self“), bilden Vorstellungen, die durch Rückmeldungen von Informationen über die eigene Person, durch das soziale Umfeld erfolgen, einen ebenso wichtigen Baustein des Selbst („public self“). Das Bewusstsein über die öffentliche Existenz des Selbst, sowie das gedanklich konstruierte Selbst („possible self“) vervollständigen diesen Befund bezüglich der Selbstschemata. Durch die Einbettung des Selbst in das soziale Umfeld treten Vorstellungen und Anforderungen an das Real-Selbst in Erscheinung, die nicht immer umsetzbar sind. Potentielle Selbstkonzepte, die vom jeweiligen Individuum als besonders erstrebenswert angesehen werden, werden als Ideal-Selbst bezeichnet (Suma, 2017). Begründet wird diese Diskrepanz zwischen Real- und Ideal-Selbst durch die Prägung menschlicher Emotion (Happe, Cook & Bird, 2017). So können affektive Zustände positiver oder negativer Gestalt einen erheblichen Einfluss auf vorhandene Selbstschemata haben. Auch die Wahrnehmung des Ideal-Selbst anderer Personen erstreckt sich mit großer Bedeutung. Personen reagieren beispielsweise bei der Wahrnehmung einer negativ bewerteten Diskrepanz mit ihrem Selbstbild in dieser Situation mit einem raschen Selbstwertverlust (Suma, 2012).

Weitere Befunde zeigten, dass selbstbezogenes Wissen, also Informationen über die eigene Person, gedächtnispsychologisch in einer besonderen Form gespeichert werden. Zum einen scheint es einen spezifischen, autobiographischen Gedächtnisspeicher zu geben. Dieser speichert die Inhalte in Form von spezifischen Kategorien wie Bilder und Gefühle. Diese Form der Speicherung ist sehr detailreich. Doch auch längere Zeitabschnitte, wie zum Beispiel die Schulzeit, sind von einer gedächtnispsychologischen,

spezifischen Form gekennzeichnet. Selbstbezogenes Wissen wird ebenso dadurch deutlich, dass selbstbezogene und episodische Informationen mit Selbstbezug besser erinnert werden, als Informationen ohne Selbstbezug (Suma, 2012). Verschiedene Forschungsansätze zeigen, dass der Mensch durch individuelle Bedürfnisse bei der Aufnahme und Verarbeitung selbstbezogener Informationen beeinflusst wird. Der motivationstheoretische Ansatz sieht dabei die Motive Selbstwerterhöhung und Konsistenzstreben als besonders ausschlaggebend. Die Theorie umfasst des Weiteren die Vorstellung, dass Personen aus diesen Motiven heraus soziale und Verarbeitungsstrategien einsetzen, um die Bestätigung des Selbstbildes zu erreichen. Demnach suchen diese Personen spezifische Situationen auf, die auf diese Bestätigung abzielen können (Petersen, Stahlberg & Dauenhimer, 2000). Es ließ sich durch weitere Befunde schlussfolgern, dass Personen affektive Reaktionen auf Selbstwerterhöhung und kognitive Reaktionen auf Konsistenzstreben zeigten (Shrauger, 1975). In einer weiteren Erhebung wurde versucht, affektive und kognitive Dynamiken bezüglich selbstbezogener Informationen zu vereinen. Der integrative Selbstschemaansatz zeigte, dass affektive Reaktionen besonders dann erfolgten, wenn eine erhöhte Motivation zur Veränderung des Selbstbildes in Richtung persönlicher Umstände und Ziele bestand. Kognitive Reaktionen erfolgten speziell, wenn es eine geringe Motivation zur Veränderung des Selbstbildes gab (Petersen, Stahlberg & Dauenhimer, 2000).

Selbstschemata bilden des Weiteren die aktive Konstruktion der Realität. Die kognitive Struktur mit Wissen über Stimuluskonzepte oder -typen steht dabei, mithilfe der Einbeziehung der Eigenschaften und der Beziehung zwischen diesen Eigenschaften, im Fokus.

Da verschiedene Schemata in der Regel präsent sind, wird ein wahrgenommener Stimulus einem Schema zur Enkodierung zugeschrieben. Neben dem Selbstschema existieren beispielsweise Personenschema, Rollenschema, Ereignisschema etc. Erfolgt eine Enkodierung, wird die Information gespeichert, um die Schlussfolgerung zu sichern, wie schnell zukünftig ähnliche Stimulusreize wahrgenommen, berücksichtigt oder interpretiert werden (Fiske & Taylor, 1991).

Zusammenfassend darf festgehalten werden, dass früh angelegte Schemata selbsterhaltend und resistent gegenüber Änderungen sind. Die Aktivierung eines früh angelegten Schemas kann jedoch auch zu starken belastenden Affekten wie Zorn, Trauer, Angst und Hoffnungslosigkeit führen, die sich verfestigen können (Hautzinger & Pössel, 2017). Wenn die Verfestigung negativer Selbstschemata erfolgt, können psychische Störungen entstehen. Negative Selbstschemata werden beispielsweise als zentrale Ursache von Persönlichkeitsstörungen festgehalten, vor allem aufgrund von schädlichen Kindheitserfahrungen (Young, Klosko & Weishaar, 2008). Zum bes-

seren Verständnis dieser Annahme werden nachfolgend Vorgehensweisen und Befunde informationstheoretischer Studien aufgezeigt, die sich auf die Darstellung von Selbstschemata bei Depressionen konzentrieren.

3.2 Negative Selbstschemata bei Depressionen

Eine Depression ist gezeichnet durch negative Gedanken über die Welt und die Zukunft, aber vor allem über sich selbst – die kognitive Triade nach Beck (1970). Negative Selbstbezüge und -beschreibungen sind ebenfalls Teil des Konzeptes einer Depression (Beck, 1967). Während seiner Forschung fand Aaron T. Beck in den 60ern heraus, dass Depressive häufiger negative Denkmuster wie „mein Leben ist wertlos“ und „ich kann es nicht ändern“ entwickeln, die spontane, negative Kognitionen über sich selbst, die Welt und ihre Zukunft auslösen (A.T. Beck, 1967,1999; J. Beck, 2010).

In seinem kognitiven Modell postuliert er, dass Kognitionen durch in der Vergangenheit entstandene Einstellungen und Annahmen – Schemata – entstehen, welche jedoch veränderbar sind. Schemata seien Verarbeitungsmuster, die stabil in ähnlichen Situationen zu ähnlichen Interpretationen führen, die auf Erfahrungen aus der Vergangenheit basieren. So hat jemand, der bei allen Handlungen immer darauf bedacht ist, allem gerecht zu werden, das Denkschema: „wenn ich nicht alles perfekt mache, bin ich ein Versager“. Bei Depressiven komme es zu einer Verzerrung der Schemata in bestimmten Situationen, damit die Übereinstimmung mit den zu dem Zeitpunkt herrschenden dysfunktionalen Schemata gewährleistet werden kann. Diese dysfunktionalen Schemata seien so aktiv und überempfindlich auf Reize, dass eine Anpassung des Schemas an den Stimulus verhindert wird. Werden diese Schemata immer wieder aktiviert, steige damit die Wahrscheinlichkeit, dass sie von einer Form von Reizen aktiviert werden, die weniger logisch mit ihnen zusammenhängen. Gerade bei schweren Depressionen treten übermäßig viele negative Vorstellungen auf, bei denen ein logischer Zusammenhang zwischen Situation und negativer Interpretation (Anwendung der Schemata) nicht zwangsläufig gegeben sein müsse. Eine Wahrnehmung der fehlerhaften, negativen Interpretationen, die Patienten mit leichter Depression noch eher gelinge, sei bei schwerer Depression immer weniger möglich und schränke die Reaktionsmöglichkeiten auf Veränderungen der Umwelt stark ein. Beck geht letztendlich davon aus, dass diese erfahrungsbasierten, negativen kognitiven Schemata als Erklärung dafür dienen können, dass Patienten trotz positiver Belege oder Faktoren in deren Leben eher Handlungen aufrechterhalten, die sich selbst schaden oder verletzen.

3. DAS SELBSTSCHEMA DES MENSCHEN

Diese Aufrechterhaltung der negativen Schemata entwickelt sich laut Beck durch verschiedene Denkfehler oder Reaktionsmuster, die im Folgenden kurz aufgezählt und erläutert werden: Willkürliche Schlussfolgerung (Schlüsse ziehen ohne Beweise für eine Rechtfertigung zu haben, oder trotz Vorhandenseins von Beweisen gegen diese Schlüsse), selektive Verallgemeinerung (reizbezogen; Konzentration auf ein aus dem Zusammenhang gerissenes Detail, wobei wichtige Situationsmerkmale nicht beachtet werden; auf der Basis dieses Details als Erfahrung wird diese dann in ein Konzept umgewandelt), Übergeneralisation (Verarbeitungsmuster, bei dem auf Basis einer/mehrerer einzeln betrachteter Vorfälle entstandene allgemeine Regel und das Konzept dann unterschiedslos auf ähnliche oder unähnliche Situationen angewendet wird), Maximierung und Minimierung (Verzerrung durch ungenaue Einschätzung der Größe oder Bedeutung eines Ereignisses), Personalisierung (externe Ereignisse auf sich beziehen ohne Grundlage eines Zusammenhangs), Verabsolutiertes, dichotomes Denken (Tendenz, alle Erfahrungen in eine von zwei sich gegenseitig ausschließende Kategorien einzuordnen; bei eigenen Beschreibungen werden eher negative gewählt; z. B. sauber oder schmutzig).

In diesem Zusammenhang behauptet Beck ebenfalls, dass es zwei Arten der Realitätsorganisation gäbe: das primitive und das reife Denken (siehe Tabelle).

	„primitives“ Denken	„reifes“ Denken
1.	<i>eindimensional und global</i> „Ich bin ängstlich.“	<i>multidimensional</i> „Ich bin etwas ängstlich, ziemlich großzügig und ganz intelligent.“
2.	<i>invariabel</i> „Ich war immer ein Feigling und werde immer einer sein.“	<i>variabel</i> „Meine Angst ändert sich von Zeit zu Zeit und von Situation zu Situation.“
3.	<i>verabsolutierend und moralistisch</i> „Ich bin ein jämmerlicher Feigling.“	<i>relativierend und nicht wertend</i> „Ich bin ängstlicher als die meisten Leute, die ich kenne.“
4.	„Charakterdiagnose“ „Ich habe einen Charakterfehler.“	„Verhaltensdiagnose“ „Ich gehe zu oft Situationen aus dem Weg und habe viele Ängste.“
5.	<i>irreversibel</i> „Da ich von Grund auf schwach bin, kann man nichts ändern.“	<i>reversibel</i> „Ich kann Methoden lernen, um Situationen standzuhalten und um mein Ängste zu bekämpfen.“

Demnach ordnen Depressive Erfahrungen eher primitiv ein und beurteilen Ereignisse undifferenziert und global (totale Enttäuschung à Versager-Einstellung) und reagieren mit extremen und negativen Emotionen. Ihre Gedanken sind weniger komplex, kaum veränderbar (Schicksal wird akzeptiert) und selten bezogen auf Erfahrungen. Hier zieht Beck den Vergleich der typischen negativen Kognitionen mit den von Piaget (1932/1960) beschriebenen ähnlichen Kognitionen von Kindern. Jedoch nennt er es primitives Denken, um es von dem an die Realität angepassten Denken des späteren Entwicklungsstadiums zu differenzieren.

Zusammengefasst löst oder reaktiviert nach Beck ein unschönes Ereignis (z. B. Krankheit) ein erfahrungsbasiertes Schema (zu einem leidvollen Leben bestimmt sein) aus. Hier entsteht aber nur dann eine Depression, wenn die Person besonders empfindsam in seinen Kognitionen und dessen Organisation für dieses Ereignis ist.

Da Beck (1967) ebenfalls in seiner kognitiven Triade das niedrige Selbstwertgefühl mit einbezieht, wurde auch an dieser Stelle zunehmend geforscht. So erklären Beck und Rush (1978) mit Hilfe des Schema-Begriffs ein niedriges Selbstwertgefühl bei Depressiven. Auch Davis (1979) forscht in Bezug auf den Schema-Begriff mit Depressiven. Er ging davon aus, dass ein Schema ein stabiles kognitives Muster ist. Davis untersuchte Beck's Theorie mit Hilfe von Adjektiven zur Selbstbeschreibung, ob kurzzeitig depressive Personen einen Mangel an gut organisierten Schemata dieser Adjektive aufweisen. Er konnte zeigen, dass Kurzzeit-Depressive keine stabilen Selbstschemata besitzen. In einer weiteren Studie überprüfte Davis (1981) die Ausprägung des Selbst-Schemas bei Depressiven, da es in seiner vorangegangenen Studie (Davis, 1979) Hinweise auf eine Entwicklung des Selbstschemas und dessen Organisation im Laufe der Zeit gab. Getestet wurde in dieser Studie sein Entwicklungs-Selbst-Schema-Modell (Davis, 1979), welches postuliert, dass die Ausprägung des Selbst-Schemas sich bei anhaltender Depression verstärkt. Die Ergebnisse zeigten Unterschiede zwischen Kurzzeit-/Akut-Depressiven und Langzeit-Depressiven; ein eher schlechter entwickeltes Selbst-Schema (bei Aufgaben, sich selbst zu beschreiben) und damit eine geringere Organisationsfähigkeit der personellen Informationsverarbeitung konnte bei Kurzzeit-Depressiven nachgewiesen werden. Hingegen haben Personen, die schon länger an einer Depression erkrankt sind, eine bessere Organisation von eigenen Beschreibungen (Schemata). Davis hat somit gezeigt, dass das Selbst-Schema und auch die Verarbeitung von personellen Informationen sich während der Übergangsphasen entwickelt und die Ausprägung des Schemas mit Dauer der Depression stärker wird.

Auch Segal, Hood, Shaw und Higgins (1988) untersuchten das kognitive Modell von Beck ebenfalls anhand von Adjektiven. Auch deren Ergebnisse waren kongruent mit Beck's Modell und seiner Annahme bezüglich

der Aufrechterhaltung negativer Selbstschemata. Segal et al. fanden heraus, dass depressive Personen eher negative Adjektive zur Selbstbeschreibung wählten.

Des Weiteren wurden verschiedene Komponenten des Selbstschemas von MacDonald, Kuiper und Olinger (1985) untersucht, nachdem zuvor ein Selbst-Schema Modell der Depression entwickelt wurde (Kuiper, MacDobald & Derry, 1983), welches sowohl den Inhalt als auch die Konsolidierung als Komponente des Selbstschemas berücksichtigt. Sie fanden heraus das auf Basis der Inhaltsebene den depressiven Personen es leichter viel, depressive Adjektive abzurufen, im Vergleich zu normalen Adjektiven. Bezüglich der untersuchten Konsolidierungskomponente (wie leicht wird eine schemakongruente oder inkongruente Information eingebettet) fällt den Depressiven die Einbettung von schemakongruenten depressiven Informationen leichter, als die Inkongruenten. Im Vergleich fällt es nicht-depressiven Personen am leichtesten, schemakongruente positive Inhalte einzubetten. Dieses Ergebnis lässt darauf schließen, dass das Selbstschema von Depressiven nur schlecht konsolidiert ist.

Die Frage, ob das Aufrechterhalten von negativen Selbstschemata möglicherweise ein unabhängiger Risikofaktor für die Entstehung oder den Beginn einer Depression ist, wurde ebenfalls erforscht. Wie Beck (1967) in seiner kognitiven Theorie schon postulierte, gehen auch andere Forscher davon aus, dass Personen, die negative Selbstschemata aufrechterhalten, dabei ansonsten gesund sind, eher anfällig sind, eine Depression zu entwickeln. So wurde diese Fragestellung anhand von nicht-depressiven Frauen untersucht und konnte auch bestätigt werden (Evans, Heron, Lewis, Araya & Wolke, 2005). Die Ergebnisse zeigten eine stabile Assoziation zwischen negativen Selbstschemata und dem Beginn einer Depression über die Zeit hinweg und prognostizierten den Beginn einer Depression nach mehr als 3 Jahren ebenso stark. Dies deutet darauf hin, dass negative Selbstschemata eine dauerhafte Anfälligkeit für eine Depression darstellen, und weniger als ein Teil des Prodroms einer depressiven Episode zu verstehen sind. Mit diesen Ergebnissen wird die kognitive Theorie von Beck und seine Annahmen bezüglich des Zusammenhangs von negativen Selbstschemata und einer Depression ebenfalls unterstützt.

Beck (1967) postuliert in seinem Modell, Depressive übertrieben in ihrer kausalen Verantwortungsübernahme bei negativen Ereignissen und unterschätzen oder leugneten ihre kausale Verantwortung bei positiven Ereignissen. Das neu formulierte Modell der erlernten Hilflosigkeit (Abramson, Seligman & Teasdale, 1978) besagt, dass ein depressiver Attributionsstil als vorangehender Faktor einer Depression dazugehöre. Dieser Attributionsstil knüpft ebenfalls an die Theorie von Beck an, dass Depressive eher schlechte Ergebnisse auf sich selbst attribuieren (internale Attribution), aber bei

guten Ergebnissen oder Erfolgen nicht völlig das Ansehen dafür akzeptieren (externale Attribution). Diese Annahmen konnten durch eine Studie unterstützt werden, in der getestet wurde, wie negative Lebensereignisse interpretiert werden (Weary, 1986). Depressive Personen machten stark internale, stabile und globale Attributionen und berichteten von erhöhter Unsicherheit. Zudem brauchten sie auch mehr Zeit, um über das vorgegebene Ereignis nachzudenken und es hatte einen größeren Effekt auf das Selbstwertgefühl.

3.3 Aufrechterhaltung der Selbstschemata bei Gesunden und unter Depressionen leidenden Menschen

Wie im Abschnitt zu negativen Selbstschemata erläutert, besitzen Kurzzeit-Depressive ein eher schlechter entwickeltes Selbstschema und damit eine geringere Organisationsfähigkeit der personellen Informationsverarbeitung, während bei Langzeit-Depressiven eine bessere Organisation der eigenen Beschreibung zu finden ist (Davis, 1979). Doch wie kommt es zu dieser Diskrepanz? Ist ein negatives Selbstschema einmal aktiviert, kann es wie oben beschrieben durch verschiedene Prozesse aufrechterhalten und verstärkt werden. Hierbei ähneln die Prozesse der Aufrechterhaltung von Selbstschemata bei gesunden Menschen denen von Menschen mit Depressionen: Wie bereits beschrieben, selektiert ein Schema, welchen Infos Zuwendung geschenkt wird und wird dabei durch die Ansammlung von Infos über die eigene Person und spezifische Situationen, in denen es Anwendung findet, weiter geformt und verstärkt. Einmal ausgebildet, ist dieses Schema nun robust und resistent gegenüber inkongruenten Informationen (Markus, 1977). Dabei werden bei gesunden Menschen schemainkonsistente Informationen gar nicht bzw. nur gering entschlüsselt und dann nur schwer gespeichert und abgerufen. Schemakonsistente Informationen werden hingegen leichter entschlüsselt, gespeichert und erinnert (Markus & Wurf, 1987). Dies gilt sowohl bei gesunden Menschen mit positiven Schemata als auch bei depressiven Personen mit negativen Selbstschemata. Wobei Depressive, wie bereits bekannt, eher schemakonsistente depressive und Gesunde eher schemakonsistente positive Informationen verarbeiten, speichern und abrufen können (Vgl. Kuiper et al., 1983; MacDonald et al., 1985; Segal et al, 1988)

Auf diese Art und Weise werden die noch nicht stabilen Selbstschemata bei Kurzzeit-Depressiven wohl weiter, bis hin zu einem ausgeprägten und starken negativen Selbstschema bei Personen mit Langzeit-Depressionen, geformt (Vgl. Davis, 1979).

Eine Ursache hierfür kann der Selbstwertschutz sein. So machen gesunde Personen mit positiven Selbstschemata eher selbstwertdienliche Kausalattributionen in Form eines Self-Serving-Bias, d. h., sie neigen dazu ihre Erfolge eher internal, ihre Misserfolge hingegen eher external zu attribuieren, um so ihr Selbstwertgefühl zu beschützen oder zu steigern (Wacker, 2015; Weary, 1986; Weary, Bradley, 1978). Hierzu kommt es durch eine motivational bedingte Wahrnehmungsverzerrung (Pertersen, et al., 2000; Wacker, 2015). Depressive hingegen überschätzen, wie oben genannt, ihre Verantwortung für negative Geschehen bzw. Misserfolge, während sie ihre direkte Verantwortung für positive Geschehen unterschätzen oder sich sogar gänzlich aberkennen (Beck, 1967). Weary (1986) bezeichnet dies als einen depressogenen Attributionsstil (depressogenic attributional style), den er dem Self-Serving-Bias unter der Nennung einer Selbstdarstellungstheorie gegenüberstellt. Wacker (2015) betrachtet diese Theorie unter Zuhilfenahme des Integrativen Selbstschemaansatzes von Petersen et al. (2000) und der Konsistenztheorie von Swann (1985) wie folgt. Während Petersen et al. (2000) sich wie bereits erwähnt auf das Selbstschema beziehen, spricht Swann zwar vom Selbstkonzept, verarbeitet aber einen ähnlichen Gedanken, wonach Personen soziale Strategien sowie solche der Informationsverarbeitung nutzen, um eine Bestätigung ihres eigenen Selbstkonzepts zu erlangen. Auf Basis des Selbstschemaansatz von Markus (1977) schließt Wacker (2015) nun, dass Menschen, die unter einer Depression leiden, ein hoch differenziertes negatives Selbstschema entwickelt haben (s. u.). Dieses Selbstschema sorgt, gemäß des Integrativen Selbstschemaansatzes dafür, dass depressive Menschen Erfolge schlecht einordnen können, weil der Änderungswiderstand ihres Selbstschemas dies verhindert, um ein kognitives Chaos zu vermeiden. Während negatives Feedback bzw. negative Informationen in das eigene Selbstkonzept und Selbstschema eines depressiven Menschen passen und sie dieses auf emotionaler Ebene als kongruent erleben, würde das Integrieren positiven Feedbacks zu eben jenem inneren Chaos führen. Demnach erwarten Depressive Misserfolge also aufgrund ihres negativen Selbstkonzepts und erleben sie deswegen auch gemäß der Konsistenztheorie als erwartungskonsistent bzw. gemäß des Integrativen Selbstschemaansatzes aufgrund ihres negativen Selbstschemas, das eine Selbsteinschätzung ihres geringen Selbstwerts enthält, als schemakonsistent (Wacker 2015; oder ursprünglich Petersen et al., 2000; Swann, 1985). Wacker (2015) kommt des Weiteren zu dem Ergebnis, dass sich der Selbstwertschutz einer Person in Abhängigkeit von ihrer Störung, in diesem Beispiel einer Depression, entwickelt. Demnach ist das Bedürfnis nach Selbstwertschutz bei diesen, im Vergleich zu gesunden Menschen, höher. Je ausgeprägter dabei die Depression, desto höher ist auch das Bedürfnis nach Selbstwertschutz, was die stabilen Selbstschema bei Langzeit-Depressionen erklären würde.

Es darf also festgehalten werden, dass sich die Aufrechterhaltung von gesunden und depressiven Selbstschemata sehr ähnelt. Dies kann vor allem im Hinblick auf Strategien des Selbstwertschutzes und der Selbstwerterhöhung festgestellt werden, die einen wesentlichen Teil zur Erhaltung von vorhandenen Schemata, seien sie funktional oder dysfunktional, beitragen.

3.4 Entwicklung der Selbstschemata bei Gesunden und unter Depressionen leidenden Menschen

Zusammenfassend lässt sich nun ableiten, dass einmal bestehende negative Schemata auf ähnliche Art und Weise aufrechterhalten werden, wie funktionale und positive Schemata und, dass diese Aufrechterhaltung negativer Schemata den Menschen vulnerabel für die Entwicklung einer Depression macht (Evans et al., 2005; Beck, 1967). Die Entstehung eines negativen Schemas ist hiermit jedoch nicht erklärt.

Wie bereits im ersten Abschnitt des Kapitels erläutert, stellt Piaget (1964) dar, dass individuelle Schemata sowohl angeboren als auch durch Beobachtungen von schemakonsistenten Informationen in der Umwelt oder durch die Ansammlung an Erfahrungen in der Kindheit und Jugend reifen können und betont hierbei die Selbstregulation (Equilibrium) als individuelles und moderierendes Merkmal. Piaget geht hierbei jedoch nicht auf negative Schemata ein, sondern bezieht sich vor allem auf die Handlungen, die ein Schema hervorruft und somit nicht auf die kognitiven Strukturen, um die es in diesem Kapitel vornehmlich geht. Es bleibt die Frage, was dafür sorgt, dass sich negative Selbstschemata entwickeln, und ob diese Entwicklung ebenfalls bereits in der Kindheit zusammen mit der Entwicklung von positiven Selbstschemata stattfindet, oder diese nur später zum Negativen hin modifiziert werden? Auf diese Frage lässt sich zu gegebenem Zeitpunkt, wie aus den vorangehenden Abschnitten bereits zu erahnen ist, keine endgültige Antwort finden. Es lassen sich jedoch verschiedene theoretische Annahmen machen.

Orientiert man sich hierbei zunächst an Beck (1967), kann man, wie bereits erläutert, annehmen, dass vulnerable Individuen aufgrund früherer Lebensereignisse in Form von inkonsistenter elterlicher Versorgung und Erziehung, nicht erfüllten Grundbedürfnissen o. ä. negative oder depressive Selbstschemata entwickelt haben. Diese ruhen zunächst für eine gewisse Periode im Leben, bis sie irgendwann durch hervortretende negative Lebensereignisse geweckt werden und den Inhalt der Kognition beeinflussen, der verfügbar ist und zur Verarbeitung von Informationen dient

(Beck, 1967, 1999; Beck & Rush, 1978). Daraus lässt sich schließen, dass die bis dahin durchaus vorhandenen funktionierenden positiven Schemata in den Hintergrund geraten und nicht mehr zur Verfügung stehen. Währenddessen scheinen die negativen Schemata, so Beck, eher für Kognitionen zu sorgen, die denen von Kindern gleichen. Ob die Schemata selbst noch auf dem Stand von Kindern sind, wird hierbei nicht deutlich. Vergleicht man allerdings Becks Annahmen über eine Verzerrung der Selbstschemata von depressiven Personen in bestimmten Situationen mit den Entwicklungsschritten der Akkomodation und Assimilation von Schemata nach Piaget, so lässt sich überlegen, dass die Akkomodation in Form einer Anpassung der Schemata an die Umwelt, wie Piaget (1964) sie beschreibt, hier nicht akkurat stattfindet. Sollte dies auch schon vor einer depressiven Episode passieren, wäre es ein Hinweis auf die Entwicklung der dysfunktionalen Selbstschemata.

Hinzu kommt, dass Beck davon ausgeht, dass eine Depression nur dann entsteht, wenn die Person in ihren Kognitionen und deren Organisation besonders empfindsam für die negative Schema aufweckenden Lebensereignisse ist. Die Entstehung ist somit vom Individuum abhängig, wie es auch Markus (1977) bei der Entwicklung von Verhaltensdimensionen aus dem Selbstschema beschreibt. So ist bei einem negativen Selbstschema die kontextunabhängige Informationsverarbeitung und kontextabhängige Informationsverarbeitung – gemäß der zwei Wege zur Entwicklung des Selbstschemas nach Markus – eventuell beeinflusst. Die Entwicklung des Selbstschemas ist hier womöglich nicht von einer autonomen und von anderen Personen unabhängigen Beschreibung des Selbst (kontextunabhängige Informationsverarbeitung) gezeichnet, sondern eher davon, dass sich die Person in ihrem Wesen und Tun als abhängig von den Einflüssen Anderer empfindet (interdependent vs. independent self; Kessler & Fritsche, 2018; Markus und Kitayama, 1991). Zusätzlich wird die Entwicklung auf der Ebene der kontextabhängigen Informationsverarbeitung noch durch negative soziale Faktoren und eine geringe Verbundenheit zu anderen Menschen, basierend auf früheren Lebensereignissen, wie Beck sie beschreibt, (inkonsistente elterliche Versorgung und Erziehung; nicht erfüllte Grundbedürfnisse etc.) bestimmt.

Sind keine einschlägigen Erlebnisse dieser Art bei einer Person gegeben, könnte die Entwicklung eines negativen Selbstschemas in Abhängigkeit vom Individuum auch aus der Diskrepanz zwischen realem und Wunsch-Selbst hervorgehen, die durch die Einbettung des Selbst in das soziale Umfeld entstehen kann (Surma, 2017). Dabei besteht die Frage, ob hier zu viele nicht umsetzbare Vorstellungen und Anforderungen an das reale Selbst vorliegen. Zu dieser Überlegung würde der Gedanke passen, dass affektive Zustände, auch solche negativer Art, wie sie bei Depressiven vorliegen,

einen erheblichen Einfluss auf vorhandene Selbstschemata haben (Happe et al., 2017) oder womöglich auch auf deren Entwicklung. Die Entstehung negativer Schemata beruht somit wahrscheinlich auf ähnlichen Vorgängen und Wegen, wie die positiver Schemata und wird hierbei durch das Individuum, dessen Kognitionen, Emotionen und Lebenserfahrung sowie das Feedback anderer Personen geprägt, wobei bei der Entwicklung negativer Schemata eine ungünstige Konstellation dieser Faktoren gegeben ist.

3.5 Literaturverzeichnis

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of abnormal psychology*, 87(1), 49-74.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1999). *Kognitive Therapie der Depression* (Vol. 23). Weinheim und Basel: Beltz.
- Beck, A. T., & Rush, A. J. (1978). Cognitive approaches to depression and suicide. In G. Serban (ed.). *Cognitive Defects in the Development of Mental Illness* (pp.235-257). New York: Brunner Mazel.
- Beck, J. (2010). Cognitive Therapy. In I.B. Weiner & W.E. Crieghead (Hrsg.), *The Corsini Encyclopedia of Psychology* (Vol.4, S. 1-3). Zugriff am 19.09.2018. Verfügbar unter <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/9780470479216.corpsy0198>
- Carbon, C.C. & Albrecht, S. (2012). Bartlett's schema theory: The unreplicated, "portrait d'homme" series from 1932. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 65(11), 2258-2270.
- Davis, H. (1979). The self-schema and subjective organization of personal information in depression. *Cognitive Therapy and Research*, 3(4), 415-425.
- Davis, H., & Unruh, W. R. (1981). The development of the self-schema in adult depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(2), 125.
- Evans, J., Heron, J., Lewis, G., Araya, R., & Wolke, D. (2005). Negative self-schemas and the onset of depression in women: longitudinal study. *The British Journal of Psychiatry*, 186(4), 302-307. doi: 10.1192/bjp.186.4.302
- Fiske, S.T. & Taylor, S.E. (1991). *Social Cognition*. New York: McGraw-Hill.
- Ginsburg, H.P. & Oppen, S. (2004). *Piagets Theorie der geistigen Entwicklung* (9. Auflage). Freiburg i.Br.: Klett-Cotta.
- Happe, F., Cook, J.L. & Bird, G. (2017). The Structure of Social Cognition: In(ter)dependence of Sociocognitive Processes. *Annual Review of Psychology*, 68, 243-267. doi: 10.1146/annurev-psych-010416-044046
- Hautzinger, M. & Pössel, P. (2017). *Kognitive Interventionen*. Göttingen: Hogrefe.
- Kessler, T. & Fritsche, I. (2018). *Sozialpsychologie*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.

3. DAS SELBSTSCHEMA DES MENSCHEN

- Kuiper, N. A., MacDonald, M. R., & Derry, P. A. (1983). Parameters of a depressive self schema. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 2, pp. 191-218). Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- MacDonald, M., Kuiper, N. & Olinger, L. (1985). Vulnerability to depression, mild depression, and degree of self-schema consolidation. *Motivation and Emotion*, 9(4), 369-379.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(2), 63-78. doi: 10.1037/0022-3514.35.2.63
- Markus, H. & Kitayama, S. (1991). Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253. doi: 10.1037/0033-295X.98.2.224
- Markus, H. & Wurf, E. (1987). The dynamic Self-Concept: A social Psychological Perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-337.
- Müller, H.M. (1987). *Evolution, Kognition und Sprache*. Berlin & Hamburg: Verlag Paul Parey.
- Petersen, L.-E., Stahlberg, D. & Dauenhimer, D. (2000). Selbstkonsistenz und Selbstwerterhöhung: Der Integrative Selbstschemaansatz. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S.239-254). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Piaget, J. (1964). Part I: Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal of research in science teaching*, 2(3), 176-186.
- Segal, Z. V. (1988). Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. *Psychological Bulletin*, 103(2), 147.
- Segal, Z. V., Hood, J. E., Shaw, B. F., & Higgins, E. T. (1988). A structural analysis of the self-schema construct in major depression. *Cognitive Therapy and Research*, 12(5), 471-485.
- Shrauger, J. S. (1975). Responses to evaluation as a function of initial self-perceptions. *Psychological bulletin* 82 (4, 581).
- Stürmer, S. (2009). *Sozialpsychologie*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Surma, S. (2012). *Selbstwertmanagement. Psychologische Belastung im Umgang mit schwierigen Kunden*. Wiesbaden: Gabler Verlag.
- Swann, W.B., Jr. (1985). The self as an architect of social reality. In B.R. Schlenker (Ed.), *The self and social life* (pp. 100-125). New York: Mc Graw-Hill.
- Wacker, J. (2015). Negative Kognitionen im Dienste einer Selbstwertschutzstrategie depressiver Patienten und ihre Auswirkungen auf die therapeutische Beziehung. *Psychotherapie*, 20(2), 286-311.
- Weary Bradley, G. (1978). Self-serving biases in attribution process: A re-examination of the fact or fiction question. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 56-71.
- Weary, G. (1986). Depression and Self-Presentation. In S.L. Zelen (Hrsg.), *Self-Representation. The second Attribution-Personality Theory Conference, CSPP-LA, 1986* (S. 30-51). New York: Springer.
- Wills, F. (2014). *Kognitive Therapie nach Aaron T. Beck: Therapeutische Skills kompakt*. Junfermann Verlag GmbH.

4. Soziale Kategorisierung

SARA JOCKUSCH, MARIA MANCUSO UND MADITA WAHRHEIT

Die Vorstellung von unserem Selbst bezieht sich niemals auf uns isoliert. Täglich interagieren wir mit anderen Menschen. Unsere Identität definieren wir zum Teil auch über Gruppenzugehörigkeiten. Diese Gruppen können sich auf ganz unterschiedliche Bereiche beziehen. Ich kann mich als Student*in identifizieren, als Wähler*in einer bestimmten Partei, als Anhänger*in einer bestimmten Religion oder auch als Fan eines bestimmten Vereins.

Obwohl es in der Forschung aktuell wenige neue theoretische Ansätze zu dem Thema „soziale Kategorisierung“ oder „soziale Identität“ gibt, scheint es an gesellschaftlicher Relevanz stark zugenommen zu haben. Dabei werden Kategorisierungen nicht nur von einer Person selbst vorgenommen, wir begegnen ihnen z. B. auch beim Blick in die Zeitung, wenn von Einheimischen und Flüchtlingen die Rede ist oder in sozialen Netzwerken, in denen sich Subgruppen bilden, welche nur Mitglieder*innen mit gleichen Interessen aufnehmen. Um auf die alltäglichen Begegnungen mit Kategorisierungen besser eingehen zu können, ist es zunächst notwendig, die dahinterstehenden Theorien zu verstehen.

4.1 Theorien

Die grundlegenden Theorien, mit denen sich dieses Kapitel beschäftigt, sind die Theorie der sozialen Identität und die Selbstkategorisierungstheorie, die aufeinander aufbauend versuchen unser Verhalten in sozialen Situationen zu erklären. Ein weiterer Ansatz zur Bedeutung von Gruppenidentitäten ist die Social Identity Complexity, welche den Einfluss von multiplen sozialen Identitäten auf unser soziales Verhalten verdeutlicht. Eine mögliche Änderung der sozialen Identität und wie sie sich auf unser Wohlbefinden auswirkt, wird anhand des Social Identity Model of Identity Change besprochen.

4.1.1 Theorie der sozialen Identität und Selbstkategorisierungstheorie

In der Theorie der sozialen Identität (Tajfel, 1974) bilden die Prozesse zwischen Individuum und Mitgliedern von Gruppen die Grundlage für die Erklärung menschlichen Verhaltens in Gruppenprozessen. Nach Tajfel spielt

sich menschliches Verhalten auf einem Kontinuum ab zwischen Verhalten im Sinne des Individuums auf der einen Seite und Verhalten im Sinne der Gruppenzugehörigkeit auf der anderen Seite. Die beiden Pole symbolisieren die personale und die soziale Identität, die beide als Teil des Selbstbildes anzusehen sind. Das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit beeinflusst hierbei, wie stark man sich im Sinne der Gruppe verhält.

Grundannahme der Theorie ist das universelle Streben der Menschen nach einem positiven Selbstkonzept. Die Zugehörigkeit zu verschiedenen Gruppen ist sowohl mit positiven als auch negativen Werten konnotiert, die zu dem Entstehen einer sozialen Identität beisteuern. Einige Beispiele für solche Gruppenzugehörigkeiten finden sich in Abbildung 1. Die Bewertung der eigenen Gruppe geschieht im Vergleich mit anderen Gruppen. Fällt dieser Vergleich positiv aus, steigt das eigene Ansehen. Personen mit solch einer positiven Identität handeln eher im Sinne der Gruppe. Entsteht durch den Vergleich eine negative Diskrepanz, sinkt das Ansehen der Person. Wenn die soziale Identität nicht zufriedenstellend ist, wird entweder ein Wechsel in eine bessere Gruppe angestrebt oder versucht, die eigene Gruppe zu verbessern (Tajfel & Turner, 1986).

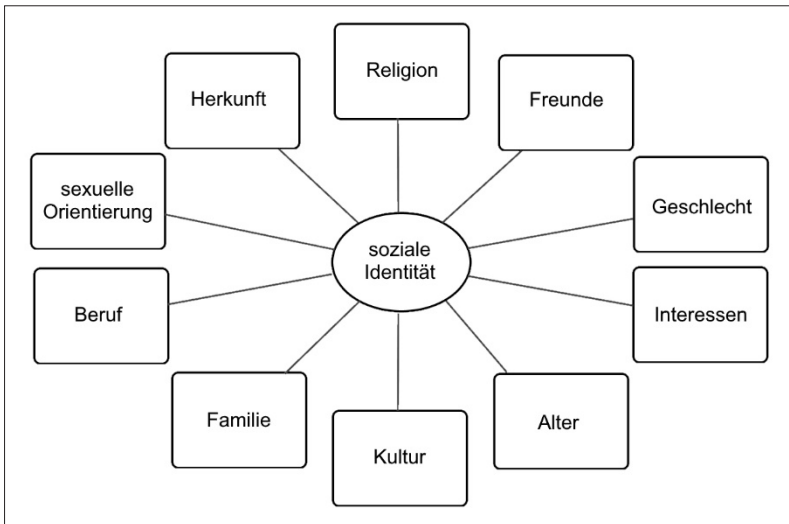


Abbildung 1: Kategorien, aus denen sich die soziale Identität zusammensetzen kann

Turner griff das Konzept der Theorie der sozialen Identität auf und entwickelte auf dieser Basis die Selbstkategorisierungstheorie, die als Erweiterung der Theorie der sozialen Identität verstanden werden soll. Er erweiterte die

Begriffe personale und soziale Identität und ordnet sie Abstraktionsebenen der Selbstkategorisierung zu, auf denen der Mensch Vergleiche vornimmt. Unterschieden werden drei Ebenen. Vergleiche auf der höchsten Ebene betreffen Vergleiche, bei denen sich das Selbst der Gattung Mensch zugehörig sieht und Vergleiche mit anderen Lebensformen vornimmt. Auf der mittleren Ebene werden Unterschiede zwischen verschiedenen Gruppen von Menschen thematisiert. Diese Ebene ist das Äquivalent zu der sozialen Identität. Auf der untersten Abstraktionsebene findet sich die personale Identität, die sich durch Vergleiche des eigenen Individuums mit anderen Individuen aus der eigenen Gruppe auszeichnet (Fisher & Wiswede, 2009).

Die Selbstkategorisierungstheorie führt den Begriff der Salienz ein. Demnach werden je nach Situation unterschiedliche Selbstkonzepte aktiviert und bewusster zugänglich (Turner & Reynolds, 2011). Hätte jemand das Selbstkonzept von sich, dass er oder sie Fußballfan vom Verein X und ein*e pünktliche*r Arbeitnehmer*in ist, würde bei einem Fußballspiel das Selbstkonzept des Fußballfans salient werden und die Gruppenzugehörigkeit zu Fans aus dem gleichen Verein im Vordergrund stehen. Anders würde es sich bei einem Arbeitsmeeting verhalten, bei dem die Pünktlichen sich eher einander zugehörig fühlen als zu den „Zuspätkommern“.

4.1.2 Social Identity Complexity

Ein neuerer Ansatz im Bereich Gruppenidentität wurde von Roccas und Brewer im Jahr 2002 untersucht. Es entstand das theoretische Konstrukt der Social Identity Complexity (SIC), das die Wechselwirkung von multiplen Gruppenidentitäten darlegt. Grundannahme der Theorie ist, dass Personen gleichzeitig Mitglieder in verschiedenen Gruppen sind und somit multiple Gruppenidentitäten entstehen. Der Aufbau und die Beziehungen zwischen diesen Identitäten unterscheiden sich in ihrer Komplexität. Verschiedene Identitätsstrukturen zeigen Auswirkungen auf die Inklusion und Exklusion von Menschen zu der eigenen Gruppe (Ingroup). Generell gilt, je komplexer die Identitätsstruktur, desto besser können Menschen der eigenen Ingroup zugeordnet werden.

Erläuterung der Theorie

Die Theorie unterscheidet vier Arten von Strukturen, wie multiple Identitäten zueinanderstehen können. Die SIC differenziert Intersection, Dominance, Compartmentalization und Merger. Sie unterscheiden sich im Ausmaß der Überlappung von multiplen Identitäten. Strukturen mit starker Überlappung gelten als weniger komplex, Strukturen mit weniger Überlappung hingegen als integrativer und komplexer. Eine Übersicht über die

Identitätsstrukturen findet sich in Abbildung 2: Übersicht über die Identitätsstrukturen in der Social Identity Complexity.

Die Identitätsstruktur Intersection beschreibt eine Struktur, in der Mitmenschen in allen multiplen Identitäten übereinstimmen müssen, um als der Ingroup zugehörig wahrgenommen zu werden. Mehrere einfache Gruppenidentitäten verschmelzen hier zu einer einzigen sozialen Identität, sie ist somit die Schnittmenge aller Gruppenmitgliedschaften (schraffierte Fläche in Abbildung 2). So würde eine Anwältin nur die Menschen der eigenen Gruppe zugehörig wahrnehmen, die sowohl weiblich als auch von Beruf Anwalt sind.

Eine weitere Identitätsstruktur ist die Dominance. Hier wird eine einzelne Identität als primär wahrgenommen, untergeordnete Identitäten werden eher als näher beschreibend wahrgenommen. Zur Ingroup gehören Menschen, die die primäre Identität teilen. Bei dem oben genannten Beispiel bleibend definiert sich eine Anwältin in erster Linie durch ihren Beruf. Somit würden auch männliche Anwälte ihrer Ingroup angehören. Das Geschlecht würde lediglich als nähere Beschreibung ihrer Identität dienen. Sowohl Intersection als auch Dominance gelten als weniger komplex, da eine integrative Identität nicht möglich ist. Als komplexer gelten hingegen Compartmentalization und Merger. Compartmentalization ermöglicht es, multiple Identitäten gleichrangig nebeneinander existieren zu lassen. In unterschiedlichen Situationen treten verschiedene Gruppenidentitäten in den Vordergrund, nach denen die Ingroup definiert wird. Hier werden Ähnlichkeiten zur Selbstkategorisierungstheorie deutlich, in der situationsspezifisch verschiedene Selbstkonzepte salient und bewusst zugänglich werden (Turner & Reynolds, 2011). Die Anwältin wird ihre Arbeitskollegen als Mitglieder der Ingroup definieren, da ihre berufliche Identität im Arbeitskontext im Vordergrund steht. In einer Diskussion mit ihrem*ihrem Partner*in wird ihre berufliche Identität in den Hintergrund treten und ihre Identität als Frau* vordergründig sein. Die integrativste und komplexeste Form der Identitätsstruktur stellt Merger dar. Multiple Identitäten sind zu jeder Zeit und in jeder Situation bewusst. Zur Ingroup gehören die Personen, mit denen irgendeine Gruppenidentität geteilt wird (Roccas & Brewer, 2002).

Ausführlichere Informationen zum kontextabhängigen Selbst lassen sich im Kapitel Das kontextabhängige Selbst in diesem Buch finden.

Auswirkungen der Social Identity Complexity

Aus den genannten Unterschieden in der Komplexität der Identitätsstrukturen ergeben sich Implikationen, die Auswirkungen auf das soziale Miteinander und die Wahrnehmung der eigenen Person haben. Komplexe Identitätsstrukturen sind dadurch geprägt, dass die Zuordnung von Per-

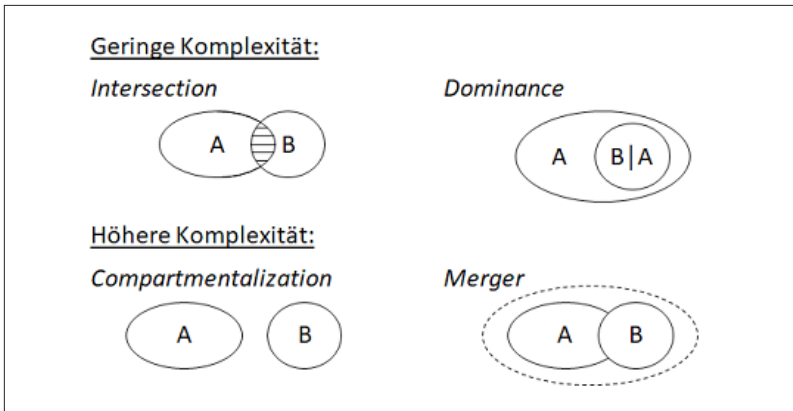


Abbildung 2: Übersicht über die Identitätsstrukturen in der Social Identity Complexity. A und B stehen für einzelne Gruppenidentitäten. In Anlehnung an Roccas, S., & Brewer, M. B. (2002). Social identity complexity. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 90.

sonen zur In- oder Outgroup auf unterschiedlichen Dimensionen erfolgt. Dies hat zur Folge, dass Personen auf einer Dimension der Ingroup zugehören, auf einer anderen jedoch als Teil der Outgroup angesehen werden. Personen mit einer komplexen Identität bringen Mitgliedern der Outgroup mehr Toleranz entgegen, da ihnen bewusst ist, dass diese Personen auf einer anderen Dimension zur Ingroup gehören. Je höher die Komplexität der Identität, desto mehr Toleranz zeigen Menschen gegenüber Mitgliedern der Outgroup. Auch die Bewertung von negativen externen Ereignissen wird durch die Komplexität der Identität beeinflusst. Wird ein externes Ereignis als bedrohlich eingeschätzt, kann dies Auswirkungen auf den sozialen Status der Person haben. Menschen mit komplexer Identitätsstruktur können zwischen den einzelnen Gruppenidentitäten wechseln und so ihren Fokus auf eine Identität legen, dessen Status nicht bedroht wird. Komplexe Identitätsstrukturen wirken hier als Puffer für die Auswirkungen von negativen Ereignissen (Roccas & Brewer, 2002). Miller und Kollegen (2009) untersuchten den Zusammenhang von Identitätsstrukturen und Charaktermerkmalen. Sie zeigten über drei Studien hinweg, dass Identitätsstrukturen sowohl mit einer liberalen Einstellung als auch mit dem Kognitionsbedürfnis korrelieren. Demnach werden komplexe Identitätsstrukturen durch Offenheit gegenüber Mitmenschen und dem Bedürfnis nach kognitiver Herausforderung gefördert. Außerdem konnten sie zeigen, dass der Aufbau einer komplexen Identitätsstruktur in Wohngebieten, die durch kulturelle Vielfalt gekennzeichnet ist, begünstigt wird.

Ein ähnlicher Ansatz ist der der Selbstkomplexität, der nicht nur Gruppenzugehörigkeiten integriert, sondern alle Selbstkonzepte einer Person. Für ausführliche Informationen sei das Kapitel Selbstkomplexität in diesem Buch erwähnt.

4.1.3 Social Identity Model of Identity Change (SIMIC)

Das Leben bringt ständig Veränderungen mit sich. Manche davon sind gewollt, andere ungewollt, manche können wir beeinflussen, andere nicht. Wir werden von Schüler*in zu Student*in, Auszubildenden oder zum*zur Schulabbrecher*in, wir werden befördert oder gefeuert, unsere Freundeskreise wechseln, in einem Moment sind wir noch verheiratet im nächsten geschieden. Durch solche Lebensereignisse verändern sich auch unsere Gruppenzugehörigkeiten und somit unsere sozialen Identitäten. Das Social Identity Model of Identity Change (SIMIC, Jetten, Haslam, Iyer & Haslam, 2009) erklärt, wie sich die Veränderung der sozialen Identität durch Lebensereignisse positiv oder negativ auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden auswirken kann. Das SIMIC geht davon aus, dass Lebensveränderungen, unabhängig davon ob sie als positiv oder negativ gewertet werden, Stress erzeugen. Soziale Unterstützung, die beim Umgang mit diesem Stress hilfreich sein kann, wird häufig nur angenommen und genutzt, wenn sie von Menschen/Gruppen kommt, denen man sich zugehörig fühlt (Jetten, Haslam, Iyer & Haslam, 2009). Lebensverändernde Geschehnisse machen es notwendig, neue soziale Identitäten anzunehmen, wodurch sich neue Quellen für soziale Unterstützung ergeben. Die Annahme oder der Aufbau einer neuen sozialen Identität kann jedoch nicht ohne Aufgabe oder den Verlust einer alten sozialen Identität erfolgen. Die Bereitschaft die neue soziale Identität anzunehmen steigt, wenn bei einem Vergleich der Eigenschaften der neuen und der alten sozialen Identität die neue Identität besser abschneidet oder die Identitäten miteinander kompatibel sind (Jetten, Haslam, Iyer & Haslam, 2009). Wie in den vorhergehenden Abschnitten bereits beschrieben, besitzen wir ein ganzes Netzwerk sozialer Identitäten und eine Änderung einer sozialen Identität geschieht nicht isoliert von allen anderen. Der Besitz vieler sozialer Identitäten wirkt auf zwei Wegen dem Stress, der bei der Veränderung einer sozialen Identität entsteht, entgegen. Erstens bieten eine Vielzahl von sozialen Identitäten auch eine Vielzahl an Möglichkeiten, soziale Unterstützung zu bekommen und zweitens wird der Wegfall einer sozialen Identität möglicherweise nicht als so schwerwiegend empfunden, wenn noch zahlreiche andere soziale Identitäten bestehen bleiben. Umgekehrt wirkt sich der Verlust einer sozialen Identität umso stärker aus, je weniger soziale Identitäten vorhanden sind (Jetten, Haslam,

Iyer & Haslam, 2009). In Abbildung 3 werden die Prozesse des SIMIC veranschaulicht. Es wird auch verdeutlicht, dass mehrere soziale Identitäten den Aufbau einer neuen sozialen Identität erleichtern. Soziale Identitäten bringen Ressourcen mit sich, wie z. B. Unterstützung, das Gefühl von Zugehörigkeit und Verbundenheit, die sehr hilfreich der Stressbewältigung sind. Multiple soziale Identitäten helfen unter anderem bei der Bewältigung der Rollenveränderung beim Übergang von der Schule zur Universität (Iyer et al., 2009), sie erhöhen das Wohlbefinden nach Schlaganfällen, da sie eine größere Wahrscheinlichkeit bieten, zumindest einige der vorherigen Gruppenzugehörigkeiten auch nach dem Schicksalsschlag aufrechterhalten zu können (Haslam et al., 2008). Auch bei der Migration spielen multiple soziale Identitäten eine wichtige Rolle. Sie erhöhen die Wahrscheinlichkeit, im Ankunftsland neue soziale Identitäten aufzubauen, stellen während des Integrationsprozesses wichtige Ressourcen bereit und können sozialer Isolation im Alter entgegenwirken (Jetten et al., 2018). Wie sich der Migrationsprozess auf die soziale Identität auswirkt wird im Abschnitt „Migration“ in diesem Kapitel näher ausgeführt.

Auch wenn häufig eine Kontinuität und Kompatibilität von sozialen Identitäten angestrebt wird und dies in Fällen wie Migration oder auch Krankheit einen positiven Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden hat, gibt es auch Bereiche, in denen eine komplette Änderung und Ablehnung einer sozialen Identität wünschenswert ist. So können therapeutische Interventionen eine Änderung von sozialen Identitäten beabsichtigen, welches besonders im Falle einer Drogentherapie einleuchtet. Für einen positiven Verlauf und einen langfristigen Erfolg der Therapie ist es notwendig, dass die Patient*innen ihre soziale Identität des Substanz-Konsumierenden ablegen und sich die soziale Identität des Nicht-Substanz-Konsumierenden oder des Genesenden aufbauen (Dingle, Stark, Cruwys & Best, 2015). Auch hier könnten andere soziale Identitäten einen positiven Beitrag zur Bewältigung der stressreichen Veränderung leisten, es sollte jedoch vermieden werden, Gruppenzugehörigkeiten die auch nur entfernt mit dem Substanzkonsum verbunden waren, aufrecht zu erhalten. Vielmehr ist es noch während des Therapieprozesses von großer Bedeutung, neue Gruppenzugehörigkeiten aufzubauen, um langfristig einer Rückkehr zur alten sozialen Identität vorzubeugen (Dingle, Stark, Cruwys & Best, 2015).

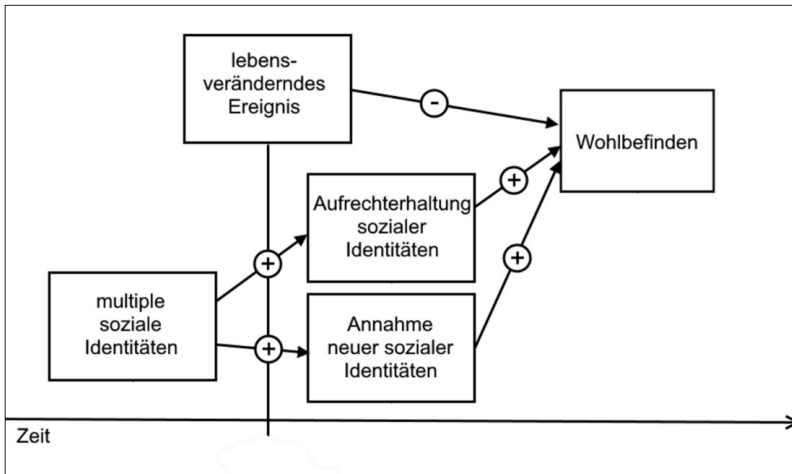


Abbildung 3: Social Identity Model of Identity Change (SIMIC). In Anlehnung an Jetten, Haslam, Iyer & Haslam (2009)

4.2 Soziale Identität und Selbstkategorisierung im Alltag

In diesem Abschnitt werden alltägliche Begegnungen mit sozialer Kategorisierung vorgestellt. Wie bereits im theoretischen Teil erklärt, geschehen sie oft unbewusst und lenken dadurch unser Verhalten. Sie können aber auch gezielt von uns und anderen genutzt werden, beispielsweise in den Medien oder auch im Berufsleben. Da der Beruf einer Person häufig einen großen Einfluss auf ihre soziale Identität hat, kann die Förderung der Salienz einer bestimmten sozialen Identität auch im Arbeitsleben positiv genutzt werden. Hierfür ist es notwendig, bei Teammitgliedern vor der Bewältigung einer Aufgabe die Gruppenzugehörigkeit jeder einzelnen Person bewusst zu machen. Dies reduziert den empfundenen Stress der einzelnen Personen, da die Last der Situation nicht durch die eigene Kompetenz allein bewältigt werden muss, sondern von der Gruppenkompetenz abhängig ist und von allen getragen wird (Häusser, Kattenstroth, van Dick & Mojzisch, 2012). Auch moderne Medien bieten eine großartige Möglichkeit, soziale Kategorisierungen bewusst vorzunehmen, was im folgenden Unterkapitel näher erläutert wird. Danach wird auf die Themen Migration und Religion eingegangen, welche wegen ihrer Aktualität aus den zahlreichen Kategorien/Gruppen, mit denen sich Menschen identifizieren können, ausgewählt wurden.

4.2.1 Soziale Identität und moderne Medien

In der heutigen Zeit haben soziale Kategorisierungen nicht mehr nur im persönlichen Kontakt Einfluss auf unser Leben, sie finden sich auch im Umgang mit sozialen Medien. Im September 2018 verkündete Facebook, 32 Millionen deutsche Mitglieder zu haben, die regelmäßig mindestens einmal monatlich online seien (Facebook Newsroom, 2018). Nach Nadkarni und Hofman (2012) wird die Nutzung von sozialen Medien wie Facebook vorwiegend von zwei Bedürfnissen bestimmt: dem Bedürfnis, sich selbst zu präsentieren und dem Bedürfnis nach Zugehörigkeit. Vor dem Hintergrund von sozialen Gruppen ist vor allem das Bedürfnis nach Zugehörigkeit interessant. In einer Untersuchung zur Persönlichkeit von Facebooknutzern anhand der Big Five zeigten sich Verträglichkeit und Neurotizismus als beste Prädiktoren für das Bedürfnis Zugehörigkeit. Demnach suchen hoch verträgliche Menschen online vor allem nach Akzeptanz von anderen und nutzen es als Möglichkeit, Verbindungen aufrechtzuerhalten. Neurotische Personen zeigen oftmals soziale Schwierigkeiten und sehen in Facebook eine Möglichkeit, Zugehörigkeit auch ohne den direkten Kontakt zu erlangen (Seidman, 2013).

In sozialen Online-Netzwerken treten häufig Personen mit ähnlichen Interessen wie Musik und Literatur in Kontakt. Dieser Effekt ist bei ungewöhnlichen Dingen wie z. B. Jazz im Vergleich zu Popmusik größer (Seidman, 2013). Heranwachsende, die in ihrem alltäglichen Leben nur wenig Kontakt zu Gruppenmitgliedern ihrer sozialen Identität haben und somit eine eher negative soziale Identität erleben, kompensieren ihre sozialen Bedürfnisse über soziale Online-Netzwerke und sichern sich so die Anerkennung ihrer Ingroup (Barker, 2009). Allein die Absicht, soziale Online-Netzwerke zu nutzen, ist abhängig von der Erwartung, dort auf Menschen mit ähnlicher sozialer Identität zu treffen (Barker, 2009; Cheung & Lee, 2010). Je mehr wir uns mit einer Gruppe identifizieren, desto mehr wollen wir mit ihnen meinungskonform sein. Das hat auch Einfluss auf das Online-Verhalten, beispielsweise wird durch die intensive Nutzung von Facebook die Zugehörigkeit zur Gruppe der Facebook-Nutzer*innen verstärkt und es besteht ein erhöhter Druck, Bilder mit vielen Likes auch positiv zu bewerten und sich somit gruppenkonform zu verhalten (Bak & Keßler, 2012). Soziale Medien sind nicht nur als besonderer Bereich sozialer Kategorisierung an sich zu sehen. Auch wenn man sich mit seiner Rolle als Nutzer identifiziert, sind sie viel mehr ein Mittel um soziale Kategorisierungen in der Online-Welt vorzunehmen. Dies geschieht beispielsweise durch den Beitritt in Gruppen bei Facebook oder dem Folgen von Gleichgesinnten bei Instagram und dem Blockieren von andersdenkenden Nutzer*innen.

Dies lässt die Annahme zu, dass sich zumindest Online Welten geschaffen werden können, die hauptsächlich aus Gruppenmitgliedern bestehen.

In den letzten Jahren hat es eine Veränderung hinsichtlich sozialer Interaktionen gegeben. Internet und soziale Medien machen es möglich, Informationen in Windeseile zu verbreiten und für jede*n zugänglich zu machen. Gruppenprozesse finden nicht mehr nur im persönlichen Kontakt statt, sondern auch rund um die Uhr und überall. Diese grundlegende Veränderung in Bezug auf Gruppenprozesse sollte bei weiterer Durchsicht im Hinterkopf behalten werden.

4.2.2 Migration

Besonders deutlich werden soziale Kategorisierungen am Beispiel der Migration. Wie bereits im Abschnitt zum SIMIC erwähnt, hat der Migrationsprozess erhebliche Auswirkungen auf die soziale Identität. Menschen wechseln die soziale Identität vom*von der Einheimischen zum*zur Ausländer*in. Die Außenperspektive, wie ein Mensch von anderen gesehen wird, verändert sich. Je nach Weg der Migration (geplant oder fluchtartig) verlieren Personen mehr oder weniger Anteile ihrer sozialen Identität. Durch den Migrationsprozess fällt ein Großteil der sozialen Umwelt weg, die Kultur des Heimatlandes, die Sprache, Freundschaften oder manchmal auch die Familie bleiben zurück (Colic-Peisker & Walker, 2003). Besonders der kulturelle Anteil an der sozialen Identität ist betroffen, der Wechsel von der Herkunfts- zur Aufnahmekultur macht ein Umdenken notwendig. Eine Anpassung an die Aufnahmekultur wird erforderlich, um die soziale Identität neu auszurichten und somit zur Integration, einer psychischen Stabilität und dem Bestehen in der neuen Umgebung beizutragen. Im Idealfall entwickelt sich eine bikulturelle Identität, in der Herkunfts- und Aufnahmekultur miteinander vereint werden (Callies, Bauer & Behrens, 2012). Die Rekonstruktion der sozialen Identität stößt dabei auf verschiedene Hindernisse. Während geplante Auswanderungen gut organisiert und häufig bereits mit positiven Perspektiven hinsichtlich der Wohnsituation und beruflichen Optionen verbunden sind, sind Flüchtlinge in der Regel zunächst vollkommen abhängig von der Unterstützung des Aufnahmelandes. Sprachbarrieren, fremde Kulturen, Stereotype und dadurch bedingte Ablehnung durch Einheimische führen u.a. zu einem erschwerten Zugang zur Gemeinschaft, der sich als Ab- und Ausgrenzung fortsetzen kann (Colic-Peisker & Walker, 2003).

Aber auch allein die Bezeichnung als Flüchtling kann eine Reihe von Assoziationen auslösen, die mit dieser sozialen Kategorie verbunden sind. Dies kann unter anderem dazu führen, dass einem*einer ehemaligen Bankdirektor*in oder einem Arzt oder Ärztin alltägliche Gegenstände, die sie

auch vor ihrer Flucht nutzten, wie Computer oder Kühlschränke, erklärt werden. Unabhängig von ihrer beruflichen Position und dem damit einhergehenden Bildungsstand, kann somit allein durch die Kategorisierung als Flüchtling eine Abwertung der kognitiven Fähigkeiten einer Person erfolgen (Colic-Peisker & Walker, 2003). Eben weil solch Vorurteile gegenüber Migrant*innen bestehen, sollte man sich fragen, ab wann ein*e Bürger*in mit Migrationshintergrund als vollwertiges Mitglied der Gesellschaft gesehen wird. Betrachtet man Medienberichte über Migrant*innen und Personen mit Migrationshintergrund, so ist zum einen die Flüchtlingskrise bereits seit Jahren ein Dauerthema, das Politik und Bevölkerung gleichermaßen beschäftigt (Schnaudt & Weinhardt, 2017) und zum anderen fallen vermehrt Berichte über Fußballspieler mit Migrationshintergrund ins Auge. Zuletzt machte der Fußballspieler Mesut Özil Schlagzeilen, dessen Identität in Folge eines Fotos mit dem türkischen Präsidenten Erdoğan und seinem Austritt aus der deutschen Nationalmannschaft öffentlich diskutiert wurde. Ein in Deutschland geborener Mann, dessen Eltern aus der Türkei stammen, der oftmals als Vorbild für die Integration gelobt, als Torschütze der deutschen Nationalmannschaft gefeiert wurde und der in England lebt (Spiegel Online, 2018). Viele schienen sich zu fragen, in welche Kategorie sie diesen Menschen stecken können, Deutscher mit Migrationshintergrund, Türke, im Ausland lebender Multimillionär (welt.de, 2018)? Innerhalb kürzester Zeit wurde Mesut Özil vom gefeierten Nationalspieler zum Mann mit fraglicher Identität. Der Fall Özil ist ein gutes Beispiel dafür, wie sehr unsere soziale Identität auch von der Sicht unseres Umfeldes auf uns abhängt und welche Auswirkungen soziale Kategorisierungen annehmen können. Gehören Menschen nur zu uns, wenn sie etwas Positives leisten? Sind Deutsche mit Migrationshintergrund keine Deutschen mehr, wenn sie ein Verhalten zeigen, das missfällt? Wer bestimmt, wann ein*e Migrant*in oder die Nachkommen von Migrant*innen voll integriert sind und sich als Einheimische bezeichnen dürfen? Haben Menschen, die aus ihrer Heimat flüchten, alle nur noch eine soziale Identität, die des Flüchtlings? Wir können oft selbst entscheiden, welchen Gruppen wir uns zugehörig fühlen und zugehörig fühlen wollen. Sollten wir dann bei den täglichen Kategorisierungen, die wir vornehmen nicht erstmal fragen, wie die Menschen sich selbst sehen?

4.2.3 Das Selbst und Religion

Ein weiterer Bereich, der einen Teil der sozialen Identität ausmachen kann, ist Religion. Sie muss nicht ausschließlich bei Personen eine große Rolle spielen, die im Laufe ihres Lebens in ein anderes Land migriert sind. Menschen, die sich einer religiösen Gruppe zugehörig fühlen, nehmen diese Zu-

gehörigkeit als Teil ihres Selbstkonzeptes wahr. Einer der Grundsätze, der dafür sorgt, dass eine religiöse Identität als wichtiger Teil des Selbst verstanden werden kann, ist, dass die eigene Religion als „die Wahrheit“ angesehen wird. Das kann zu einem Überlegenheitsgefühl führen. Obwohl so ein Gefühl eine schädliche Wirkung auf die Beziehungen zwischen den religiösen Gruppen haben kann, ist die Fähigkeit, voll in dieser Identität aufzugehen, geeignet, um in Zeiten von Unsicherheit und Stress Halt zu geben. Obwohl sich Religiosität und politische Ansichten, wie z. B. Konservatismus häufig überschneiden, sollte man sich diese Zugehörigkeiten getrennt voneinander betrachten.

Religiös zu sein, kann einige Vorteile mit sich bringen. Beispielsweise kann es das individuelle Wohlbefinden erhöhen oder auch eine depressive Symptomatik verbessern. Selbst wenn eine Person in ihrer individuellen Identität bedroht wird, z. B. durch Stigma, Diskriminierung oder politische Gewalt, was sich in mehreren negativen psychologischen und physiologischen Stressreaktionen äußern sollte, berichten sich als stark religiös identifizierende Personen häufig den wenigsten Stress. Außerdem können sie ein gesteigertes Selbstbewusstsein aufweisen (Ysseldyk, Matheson & Anisman, 2010).

Eine mögliche Erklärung, warum Religion für viele so wichtig ist, ist die Unsicherheits-Identitäts-Theorie. Dabei wird angenommen, dass Menschen sich in Hinblick auf ihre Wahrnehmung, Einstellungen und Werte unsicher fühlen. Gleichzeitig streben sie danach, diese Unsicherheit zu reduzieren. Die Welt sollte ausreichend vorhersehbar sein. Die Religion kann vermeintliche Antworten auf Fragen geben, was dazu führt, dass diese Unsicherheiten schwächer werden. Wenn diese Selbstunsicherheiten allerdings die Kernaspekte des Selbstkonzeptes betreffen, kann das dazu führen, dass Menschen sich „extremen“ Gruppierungen anschließen. Diese haben klar definierte Einstellungen und Verhaltensnormen, wahrscheinlich in eine unflexible Ideologie integriert. Das kann sogar soweit führen, dass Personen, die nicht dieser Gruppe angehören, oder Andersdenkende innerhalb der Gruppe, entmenslicht werden (Hogg, Adelman & Blagg, 2010).

Wenn man von „extremen“ Gruppierungen spricht, ist man von Fundamentalismus nicht weit entfernt. Fundamentalismus bezieht sich nicht ausschließlich auf Religion, sondern findet sich auch bei nichtreligiösen Gruppierungen wieder. Diese können beispielsweise auch nationalistisch oder ethnisch motiviert sein. Personen, die sich sehr stark als Atheisten identifizieren, können die gleichen Charakteristika aufweisen, die religiöse Fundamentalisten haben (Ysseldyk, Matheson & Anisman, 2010). Zur Vereinfachung soll sich im Folgenden allerdings nur auf religiösen Fundamentalismus bezogen werden. Psychologisch betrachtet ist Fundamentalismus Feindseligkeit, die sich gegen eine Fremdgruppe richtet, die nicht Teil der eigenen religiösen Gruppe ist, sowie ebenfalls Mitglieder der eigenen Reli-

gion, die nicht als wahre Gläubige angesehen werden oder religiös genug sind. Es findet also eine klare Abgrenzung zwischen Ingroup und Outgroup statt. Die Wahrnehmung von Bedrohungen dient dazu, die Identifikation mit der Eigengruppe und die Aggression gegenüber der Fremdgruppe zu verstärken. Religiöser Eifer reduziert die negativen Effekte von persönlicher Unsicherheit und Bedrohungen des Selbst. Außerdem verstärken Spannungen zwischen Gruppen Fundamentalismus.

Religion bietet in vielen Beziehungen Sicherheit an, wie die Beziehung zu sich selbst oder zu anderen. Sie kann einen Leitfaden zu freundlichen und feindlichen Beziehungen, zur übersinnlichen Welt, zu Gott und zu dem, was man als die ultimative Realität oder Wahrheit bezeichnen könnte, geben. Religion führt nicht immer zwangsläufig zu Gewalt. Religionen wie der Buddhismus oder Hinduismus lehren Gewaltlosigkeit. Trotz alledem kommt es auch zwischen theoretisch friedlichen Religionen in der Realität zu Konflikten. Oft spielen Gruppenbedürfnisse nach materiellen sozialen Ressourcen eine Rolle. Religion ist selten die Grundursache, häufig spielen politische Konflikte zwischen den Gruppen eine größere Rolle. Man sollte sich bewusst sein, was man als "religiösen Konflikt" bezeichnet, denn meistens ist die Religion an sich nicht Auslöser eines solchen Konfliktes. Trotzdem kann es, wenn eine oder mehrere religiöse Gruppen involviert sind, dazu führen, dass die Religion als identitätsstiftend wirkt und einen Zweck rechtfertigen kann. Die Traditionen können eine moralische, institutionelle, symbolische oder andere Ressource bieten, die dazu genutzt werden können, die Gruppe zu mobilisieren und Absichten zu legitimieren (Seul, 1999). Somit kann Religion eine wichtige Kategorisierung sein, zu der Menschen im Alltag greifen und die in Konfliktsituationen, aber auch in Zeiten des Zusammenhalts, identitätsstiftend ist.

Eine Frage, die zurzeit häufig in den Medien diskutiert wird, ist die danach, ob nationale und ethnische Identitäten sich eher komplementieren oder konkurrieren. Bisher wurde dazu viel Forschung in typischen Einwanderungsländern wie den USA oder Kanada durchgeführt. Aber wie sieht es damit in Europa aus? Eine niederländische Studie hat sich zu den Themen nationale (Dis)identifikation, Religion und wahrgenommene Zurückweisung durch die Mehrheitsgruppe unter Niederländer*innen mit türkischem Migrationshintergrund beschäftigt (Verkuyten & Yildiz, 2007). Dabei kam heraus, dass es eine negative Korrelation zwischen wahrgenommener Zurückweisung durch die Mehrheitsgruppe und der niederländischen Identifikation gibt. Ebenfalls gibt es eine negative Korrelation zwischen niederländischer und türkischer Identifikation. Positive Korrelationen gab es beispielsweise zwischen türkischer Identität und Diskriminierung.

In der Studie lag eine niedrige Rate an nationaler niederländischer Identifikation vor (zwischen 54 % und 63 % geben an, sich niedrig oder neutral

mit der niederländischen Nationalität zu identifizieren). Niedrige Identifikation zeigt einen Konflikt zwischen Individuum und Gesellschaft auf. Das kann mehrere psychologische Implikationen haben: Zum einen eine ausgeprägte, sichere und positive Minderheitenidentität, aber zum anderen auch negative Konsequenzen für die soziokulturelle Anpassung und soziale Teilhabe. Türkische und muslimische Identität sind stark miteinander verbunden und in der Regel sehr wichtig. Für viele Teilnehmer*innen ist die ethnische, vor allem muslimische Identifikation nicht optional, sondern eine Frage der Stärke der Identifikation. Wenn von außen Druck zur Assimilation vorliegt, führt das eher zu einer erhöhten Salienz und Wichtigkeit der muslimischen Identität. Das könnte die Unsicherheit bewältigen, die durch Outgroup Abwertung und Ablehnung entsteht. Zurückweisung durch die Mehrheitsgruppe kann ebenfalls zur nationalen Disidentifikation führen. Zudem hat Diskriminierung direkte negative Folgen. Sie macht es weniger wahrscheinlich, dass ein Bekenntnis zur eigenen Nation ausgebildet wird.

4.3 Abschluss

Ziel des vorliegenden Kapitels war es, die große Bandbreite aufzuzeigen, auf die unsere soziale Identität Einfluss haben kann. Es soll zudem ein Bewusstsein dafür schaffen, in welchem Maße uns Kategorisierungen vorgegeben werden und inwieweit wir selbst Einfluss darauf nehmen können. In diesem Sinne soll dieses Kapitel auch zum Nachdenken und Hinterfragen der alltäglichen Begegnungen mit sozialen Kategorisierungen anregen. Sicherlich handelt es sich bei der Wahl der Themenbereiche um Beispiele, die vor allem auf Grundlage des aktuellen Zeitgeistes ausgewählt wurden. Bestimmt werden in einigen Jahren andere Themen eine bedeutendere Rolle spielen, während die hier behandelten vielleicht weniger relevant sein werden. Dennoch wird die soziale Kategorisierung des Selbst und von anderen immer eine bedeutende Rolle im Umgang miteinander spielen. Vor dem Hintergrund einer sich schneller wandelnden und mobiler werdenden Gesellschaft ist es deswegen durchaus sinnvoll, weitere Forschung im Bereich der sozialen Identität zu betreiben und auch verwandte Themenbereiche tiefer zu beleuchten.

4.4 Literaturverzeichnis

- Bak, M. P. & Kefler, T. (2012). Mir gefällt's, wenn's euch gefällt! Konformitätseffekte bei Facebook. *Journal of Business and Media Psychology*, 3(2), 23-30.
- Barker, V. (2009). Older adolescents' motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & behavior*, 12(2), 209-213.

- Calliess, I. T., Bauer, S. & Behrens, K. (2012). Kulturdynamisches Modell der bikulturellen Identität. *Psychotherapeut*, 57(1), 36-41.
- Cheung, C. M. & Lee, M. K. (2010). A theoretical model of intentional social action in online social networks. *Decision support systems*, 49(1), 24-30.
- Colic-Peisker, V. & Walker, I. (2003). Human capital, acculturation and social identity: Bosnian refugees in Australia. *Journal of community & applied social psychology*, 13(5), 337-360.
- Dingle, G. A., Stark, C., Cruwys, T. & Best, D. (2015). Breaking good: Breaking ties with social groups may be good for recovery from substance misuse. *British journal of social psychology*, 54(2), 236-254.
- Facebook Newsroom (18.09.2018). Austauschen, Vernetzen, Freundschaften schließen: 10 Jahre Facebook auf Deutsch. Verfügbar unter <https://de.newsroom.fb.com/news/2018/09/austauschen-vernetzen-freundschaften-schliessen-10-jahre-facebook-auf-deutsch/> [24.09.2018].
- Fischer, L. & Wiswede, G. (2009). *Grundlagen der Sozialpsychologie*. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH.
- Häusser, J. A., Kattenstroth, M., van Dick, R. & Mojzisch, A. (2012). "We" are not stressed: Social identity in groups buffers neuroendocrine stress reactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(4), 973-977.
- Haslam, C., Holme, A., Haslam, S. A., Iyer, A., Jetten, J. & Williams, W. H. (2008). Maintaining group memberships: Social identity continuity predicts well-being after stroke. *Neuropsychological rehabilitation*, 18(5-6), 671-691.
- Hogg, M. A., Adelman, J. R. & Blagg, R. D. (2010). Religion in the face of uncertainty: An uncertainty-identity theory account of religiousness. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 72-83.
- Iyer, A., Jetten, J., Tsivrikos, D., Postmes, T. & Haslam, S. A. (2009). The more (and the more compatible) the merrier: Multiple group memberships and identity compatibility as predictors of adjustment after life transitions. *British Journal of Social Psychology*, 48(4), 707-733.
- Jetten, J., Dane, S., Williams, E., Liu, S., Haslam, C., Gallois, C. & McDonald, V. (2018). Ageing well in a foreign land as a process of successful social identity change. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 13(1), 1508198.
- Jetten, J., Haslam, S. A., Iyer, A. & Haslam, C. (2009). Turning to others in times of change. *The psychology of prosocial behavior*, 139-156.
- Miller, K. P., Brewer, M. B. & Arbuckle, N. L. (2009). Social identity complexity: Its correlates and antecedents. *Group Processes & Intergroup Relations*, 12(1), 79-94.
- Nadkarni, A. & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook?. *Personality and individual differences*, 52(3), 243-249.
- Roccas, S. & Brewer, M. B. (2002). Social identity complexity. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 88-106.
- Schnaudt, C. & Weinhardt, M. (2017). Schaffen wir das? Zwischen Akzeptanz und Ablehnung von Immigration in Deutschland und Europa. *Informationsdienst Soziale Indikatoren*, (57), 12-16.

4. SOZIALE KATEGORISIERUNG

- Seidman, G. (2013). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 402-407.
- Seul, J. R. (1999). 'Ours is the way of God': Religion, Identity and Intergroup Conflict. *Journal of Peace Research*, 36 (5), 553-569.
- Spiegel Online (23.07.2018). Dauerthema Identität. Verfügbar unter <http://www.spiegel.de/sport/fussball/mesut-oezil-dauerthema-identitaet-a-1219804.html> [03.10.2018].
- Tajfel, H. (1974). Social identity and intergroup behaviour. *Information (International Social Science Council)*, 13(2), 65-93.
- Tajfel, H. & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. *Psychology of intergroup relations*, 7-24.
- Turner, J. C. & Reynolds, K. J. (2011). Self-categorization theory. *Handbook of theories in social psychology*, 2(1), 399-417.
- Verkuyten, M. & Yildiz, A. A. (2007). National (dis) identification and ethnic and religious identity: A study among Turkish-Dutch Muslims. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(10), 1448-1462.
- Ysseldyk, R., Matheson, K. & Anisman, H. (2010). Religiosity as identity: Toward an understanding of religion from a social identity perspective. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 60-71.
- Welt.de (23.07.2018) „Glaube nicht, dass der Fall Auskunft gibt über Integrationsfähigkeit“ Verfügbar unter <https://www.welt.de/politik/deutschland/article179862076/Maas-ueber-Oezil-Glaube-nicht-dass-der-Fall-Auskunft-gibt-ueber-Integrationsfaehigkeit.html> [03.10.2018].

Selbstauskunft im Fluss: Die Entwicklungsperspektive

5. Kindheit

REBECCA NEUGEBAUER UND PETER WOLTER

5.1 Einleitung

„Wenn du ein Bonbon wärst, wie würdest du dann schmecken?“, „Welche drei Dinge sollte man unbedingt über dich wissen?“, „Ein fremdes Wesen kann deine Gedanken lesen. Was würde es über dich erfahren?“ – Solche und andere Fragen werden von Rossa, R. und Rossa (2017) für den Einstieg in die Kinderpsychotherapie vorgeschlagen. Damit sollen die Kinder zu einer Selbstbeschreibung angeregt werden. Doch so einfach ist das gar nicht. Das Selbst ist ein schwer fassbares Konstrukt, von dem wir davon ausgehen, dass jeder Mensch es hat. Für Tiere wird es dann etwas schwieriger. Haben Tiere ein Selbst? Denn manche Tiere, zum Beispiel Hunde, haben eine Persönlichkeit (Svartberg & Forkman, 2002). Ist das nicht so ungefähr das Gleiche wie ein Selbst zu haben?

Es ist also wichtig, zu Anfang zwischen den Begriffen Selbst und Persönlichkeit zu differenzieren.

„Mit dem Begriff der Persönlichkeit bezeichnet man die Gesamtheit der Eigenschaften und Verhaltensdispositionen eines Menschen, die ihn zeitlich relativ stabil und über verschiedene Situationen hinweg charakterisieren und von anderen unterscheiden. Mit dem Begriff des Selbst bezeichnet man die Inhalte des Wissens oder der Annahmen, die das Individuum über die eigene Person entwickelt, und die kognitiven Prozesse, durch die dieses Wissen hervorgebracht wird“ (Hannover & Greve, 2012, S. 544).

Die Persönlichkeitspsychologie nimmt dabei eine beschreibend-ordnende Perspektive ein, wohingegen die Untersuchungen zum Selbst die Frage erkunden, warum Menschen bestimmte Persönlichkeiten entwickeln und zu dem werden, was sie sind. Dabei sind die Inhalte des Selbst subjektiv, sehr vielfältig und umfassen vergangene, gegenwärtige und zukünftige Eigenschaften auf Individual-, aber auch auf Gruppenebene. Ein Prozess zur Generierung von Wissen über die eigene Person ist die Selbstwahrnehmung, auch Ich-Bewusstsein genannt, in der der Mensch sich selbst zum Gegenstand seiner Gedanken macht und sich bewusst wird, dass das Selbst sich von der Umwelt unterscheidet (Hannover & Greve, 2012). Dieser Prozess ist sowohl aus evolutionärer, als auch aus der Entwicklungssicht, sehr umstritten.

ten unter anderem durch die Frage, wann die Selbstwahrnehmung beginnt und wie sie sich im weiteren Verlauf entwickelt (Rochat, 2003).

In der Entwicklung der Selbstwahrnehmung von Kindern gibt es viele außergewöhnliche, aber auch seltsame Momente. Ein kleiner Junge kann beispielsweise erkennen, dass er im Spiegel seine eigene Reflektion sieht, nicht aber dass das Bild im Spiegel so aussieht, wie er auch ohne Spiegel immer aussieht. Ein etwas älteres Mädchen kann dies zwar begriffen haben, allerdings trotzdem nicht wissen, dass auch andere Personen sie so sehen. In diesem Kapitel wollen wir beobachten, wie das Selbst eines Menschen im Laufe seiner kindlichen Entwicklung entsteht und konstruiert wird. Der Spiegel ist dabei ein wichtiges Hilfsmittel für die Forschung, da über das Selbsterkennen im Spiegel und die kindliche Reaktion auf den Spiegel das Ich-Bewusstsein erfasst wird. Dazu wird der Rouge-Test (Amsterdam, 1972; Gallup, 1970), auch Spiegeltest genannt, genutzt. Dafür wird typischerweise eine Farbmarkierung an einer Stelle des Kindes angebracht, die nur im Spiegel zu erkennen ist, und anhand der Reaktion, ob sie an den eigenen Körper oder den Spiegel berührt, überprüft, inwieweit das Individuum sich bewusst ist, dass es sich beim Spiegelbild um die eigene Person handelt. Das Bestehen des Spiegeltests gilt nach Gallup (1970) demnach als Beweis für das Vorliegen von Selbstwahrnehmungsfähigkeiten und die Fähigkeit, dass sich der Spiegelbetrachter mit dem beobachteten Spiegelbild identifizieren kann, unabhängig davon, um welche Art von Lebewesen es sich handelt. Für ihn setzt die Fähigkeit, sich mit seinem Spiegelbild zu identifizieren, voraus, dass der Spiegelbetrachter bereits Selbstbewusstsein besitzt. Die meisten Kinder bestehen den Spiegeltest in der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahres (Hannover & Greve, 2012).

Heute wissen wir, dass bereits Säuglinge ein implizites Wissen von sich selbst aufweisen (Stern, 1992), bevor explizites Selbstempfinden in der Form von Selbsterkennung im Spiegel oder auf Fotos gezeigt wird. Im ersten Lebensjahr verhalten sie sich daher dem Spiegelbild gegenüber so, als wäre dies ein Spielgefährte (Amsterdam, 1972). Mit ungefähr 2 Jahren ändert sich dieses Verhalten jedoch, und sie beginnen, beim Anblick ihres Spiegelbildes zu erstarren oder verbergen ihr Gesicht hinter ihren Händen (Rochat, 2003). Es wirkt so, als würden Kinder in diesem Alter anfangen, andere Personen in ihrem Verhalten zu berücksichtigen und ihr Spiegelbild nicht nur als ihr eigenes selbst zu identifizieren, sondern auch wie sie von anderen wahrgenommen werden. Sie zeigen eine Art von Schamgefühl und es stellt sich die Frage, wie sich das Selbsterkennen entwickelt, welche Kognitionen auftreten und welche Verhaltensweisen damit einhergehen. Dadurch stellt sich die Frage, welche Bedeutung es hat, wenn man sich selbst im Spiegel erkennen kann. Dieser Frage wollen wir in diesem Kapitel auf den Grund gehen.

Damit ist die Entwicklung des Selbstempfindens aber noch nicht abgeschlossen. Ein weiteres Beispiel tritt ungefähr im 3. Lebensjahr auf und

konnte von (Povinelli, 2001) gut festgehalten werden, als er einem dreijährigen Mädchen, Jennifer, ein Video von ihr zeigte, in dem sie auf dem Boden saß und einen Aufkleber auf ihrer Stirn hatte. Als er sie fragte, was sie sieht, antwortete sie: Es ist Jennifer mit einem Aufkleber. Aber warum trägt sie mein Oberteil?

Das Selbst und die Persönlichkeit können demzufolge nicht das Gleiche sein. Sonst wäre in dieser Einleitung auch auf Temperament und Persönlichkeitseigenschaften eingegangen worden sein. Da Selbst und Persönlichkeit von daher unabhängig zu sein scheinen, müsste man das eine ohne das andere haben können. Somit könnten Tiere also eine Persönlichkeit, aber kein Selbst haben. Oder gibt es doch Tiere, die auch ein Selbst haben, oder sich zumindest selbst wahrnehmen können? Und wenn es vielleicht Tiere mit einem Selbstbewusstsein gibt, was macht uns Menschen so besonders und unterscheidet uns in dieser Hinsicht von den Tieren? Behalten Sie diese Fragen im Hinterkopf, am Ende des Kapitels wird darauf erneut Bezug genommen.

5.2 Five Level of Self-Awareness Modell

Rochat (2003) setzte sich mit dieser Entwicklung auseinander und entwarf, unter anderem mit Hilfe des Spiegeltests, das Five-Level of Self-Awareness Modell. Die verschiedenen Stufen des Modells lauten dabei: Verwirrung (Stufe 0), Differenzierung (Stufe 1), Positionierung (Stufe 2), Identifikation (Stufe 3), Permanenz (Stufe 4) und Metakognitives Ich-Bewusstsein (Stufe 5). Die Entwicklung dieser Stufen lassen sich prägnant an den Reaktionen der Kinder am eigenen Spiegelbild festmachen, daher lassen sich die Stufen übersetzen in: „Der Spiegel wird nicht als Spiegel erkannt“ (0), „Da ist ein Spiegel“ (1), „Da ist eine Person im Spiegel“ (2), „Diese Person bin ich“ (3), „Diese Person werde immer ich sein“ (4), „und jeder kann es sehen“ (5).

Die Stufen sind dabei nicht als statisches, sondern als dynamisches Konstrukt zu verstehen, die sich zwar im Säuglings- und Kindesalter entwickeln, aber auch im Erwachsenenalter treten zu verschiedenen Zeitpunkten verschiedene Level auf. In kompetitiven Sportarten ist es beispielsweise sinnvoll, ein geringes Level an Selbsterkennung zu haben, um den Fokus auf das Spiel zu richten (Rochat, 2003). Im Folgenden werden die einzelnen Stufen detaillierter betrachtet.

5.2.1 Stufe 0: Verwirrung

Die Stufe 0 zeichnet sich durch die totale Abwesenheit von Selbstempfinden aus, in der das Individuum das eigene Spiegelbild nicht wahrnimmt und sogar den Spiegel selbst nicht bemerkt (Rochat, 2003). Dieser wird als

Teil der realen Umwelt angesehen und nicht als eine Reflektion dieser. Bei Tieren äußert sich diese Stufe durch aggressive oder balzende Verhaltensweisen dem Spiegelbild gegenüber, so als wäre das Gegenüber jemand anderes als sie selbst (Roth, 2010), oder bei Vögeln, die gegen eine Scheibe fliegen (Rochat, 2003).

Nachdem Neugeborene durch eine andere Person an der Wange berührt wurden, neigen sie allerdings dazu, sich selbst an die Stelle zu fassen und weisen somit schon, statt totaler Abwesenheit, einen geringen Grad an Selbstempfinden auf (Rochat & Hespos, 1997). Sie sind daher direkt nach der Geburt schon fähig, ihren eigenen Körper als differenzierte Einheit unter anderen Einheiten in ihrer Umwelt zu sehen. Dies spricht dafür, dass Neugeborene nicht auf der Stufe 0 sind, wenn sie auf die Welt kommen, sondern eher auf der Stufe 1. Weitere Hinweise finden sich im folgenden Abschnitt.

5.2.2 Stufe 1: Differenzierung

Auf der ersten Stufe besteht noch kein Selbsterkennen, allerdings bemerken die Säuglinge, dass etwas am Spiegel anders ist als an der sonstigen Umwelt. Sie erkennen auch, dass die andere Person im Spiegel ganz genauso bewegt wie sie selbst, obgleich sie sich selbst nicht erkennen (Rochat, 2003).

Auf dieser Stufe wissen die Säuglinge auch, dass sie sich selbst von der Umwelt unterscheiden. Sie können sie bereits eine Aufnahme ihres eigenen Schreiens von dem Schreien anderer Säuglinge unterscheiden und reagieren dementsprechend anders (Dondi, Simion & Caltran, 1999). Neuere Belege sprechen dafür, dass bereits Föten zwischen sich selbst und ihrer Umgebung unterscheiden können: Zwillinge, die im Uterus beobachtet wurden, zeigten verschiedene Bewegungen, je nachdem, ob sie selbst oder der Zwilling das Ziel der Bewegung waren (Castiello et al., 2010).

Zudem wird angenommen, dass die Neugeborenen auch schon ein Schema von ihrem eigenen Körper haben, da sie schon kurz nach der Geburt Gesichtsausdrücke und Kopfbewegungen von Erwachsenen imitieren können (Berlucchi & Aglioti, 1997). Denn eine Imitation erfordert das Erkennen der jeweiligen Körperteile beim Gegenüber sowie ein implizites Wissen darüber, dass man selbst diese auch hat, sowie das bewusste Ansteuern der beteiligten Muskelgruppen. Bei fünf Monate alten Säuglingen ist dieses Bewusstsein über den eigenen Körper bereits ähnlich repräsentiert wie bei Erwachsenen (Filippetti, Lloyd-Fox, Longo, Farroni & Johnson, 2015). Dennoch ist dieses Wissen noch sehr rudimentär. Die Säuglinge haben noch keine Vorstellung von ihrer Körpergröße, ihrem Gewicht oder anderen physikalischen Größen (Brownell, Zerwas & Ramani, 2007).

Die Imitation des Gegenübers ist zudem eine Grundlage für die Entwicklung der „Theory of Mind“ (Knopf & Mack, 2007). Theory of Mind ist

das Wissen über die Wünsche, Absichten und Bedürfnisse anderer sowie eine Repräsentation dessen, was andere wissen können und was nicht. Ältere Kinder und Erwachsene können zwischen Realität und mental repräsentierter Realität unterscheiden und wissen, dass beides nicht zwingend deckungsgleich sein muss, weder die eigene Vorstellung mit der Realität noch die eigene Vorstellung mit der Vorstellung der Realität von jemand anderem. Dies ist etwas, was jüngere Kinder erst noch lernen müssen. Zur Theory of Mind gehört auch, dass man lernt, aus den Handlungen der Mitmenschen auf ihre Wünsche und Bedürfnisse zu schließen, also eine Theorie zu entwickeln, was das Gegenüber gerade möchte (Sodian, 2012). Aber all dies müssen die Säuglinge erst noch lernen. Sie sind erst am Anfang des Prozesses.

5.2.3 Stufe 2: Positionierung

Die zweite Stufe ist dadurch gekennzeichnet, dass die Säuglinge beginnen, den Spiegel und die Reflektion zu explorieren. Dadurch erkennen sie, dass die gezeigte Reflektion zu ihnen gehört (Rochat, 2003). Sie erkennen, dass sie selbst in Beziehung zu ihrer Umwelt stehen und in sie eingebettet sind. Diese Stufe erreichen die meisten Säuglinge mit ungefähr zwei Monaten.

Mit drei Monaten verstehen Säuglinge das Ziel von einfachen Handlungen (Sommerville, Woodward & Needham, 2005), obwohl sie diese noch nicht imitieren. Erst später neigen Kleinkinder dazu, zielgerichtete Handlungen nachzumachen. Dies ist ein weiterer Schritt in Richtung Theory of Mind.

Säuglinge haben, obwohl sie zielgerichtete Handlungen noch nicht imitieren, schon mit zwei Monaten auch ein Gefühl für ihren eigenen Körper. Sie können Bewegungen, die nur auf einer Körperseite stattfinden, mit der richtigen eigenen Körperhälfte nachmachen (Rochat, 2003). In diesem Alter können Säuglinge Zusammenhänge in interpersoneller Kommunikation erkennen (Nadel, Prepin & Okanda, 2005): Die Säuglinge reagieren irritiert, wenn die Reaktionen der Mutter nicht mehr zu ihren eigenen Handlungen passen.

Das Erkennen von Zusammenhängen in der Kommunikation mit anderen und in der unbelebten Welt ist Grundlage für die Bildung eines Sense of Agency.

Sense of Agency oder auch Selbstwirksamkeit beschreibt das Bewusstsein dafür, dass man selbst Ursprung seiner eigenen Handlung und deren Konsequenzen ist. Dies ist etwas, was Säuglinge zunächst lernen müssen. Sie tun dies über soziale Interaktionen mit ihren Bezugspersonen. Durch kongruente Interaktionen und durch Imitationen lernen Säuglinge, dass sie selbst handeln können und Konsequenzen auslösen können. Eine Person ohne Sense of

Agency käme nicht auf die Idee, eine Handlung zu initiieren, um ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen (Deans, McIlwain & Geeves, 2015).

Da Sense of Agency durch interpersonelle Kommunikation gebildet wird, ist es eng verbunden mit Bindung. Die Säuglinge machen im Dialog die Erfahrung, dass sie selbst Verhalten bei ihrem Gegenüber auslösen können. Dieses Gefühl von Wirksamkeit und die interpersonelle Verknüpfung dieser führt beim Säugling zu Freude und Lust (Deans et al., 2015). Durch diese Kommunikation lernen die Säuglinge sich selbst besser kennen. Ihre Emotionen werden ihnen von ihrem Gegenüber gespiegelt, sodass die Säuglinge lernen, diese bei sich selbst zu erkennen (Deans et al., 2015). Dennoch ist das Selbst bis hier hin implizit. Es gibt keine beobachtbaren oder verbalen Zeichen oder Symbole für das Selbst (Rochat, 2003).

Paulus, Hunnius, van Elk und Bekkering (2012) beobachteten, dass Säuglinge bereits mit acht Monaten dazu fähig sind, ihre eigenen Handlungen mit Konsequenzen, wie zum Beispiel einem Geräusch, zu verknüpfen. Nach einer einwöchigen Trainingsphase, in der die Säuglinge jeden Tag fünf Minuten mit einer Rassel spielen konnten, zeigten sie im EEG eine Aktivierung der Hände im motorischen Kortex, wenn ihnen das Geräusch der Rassel präsentiert wurde. In einer ähnlichen Studie wurde neun Monate alten Säuglingen in einer einwöchigen Trainingsphase das Rasseln nur von ihren Eltern vorgeführt. Dennoch zeigten sich ähnliche Effekte im EEG (Paulus, Hunnius & Bekkering, 2013). Diese Aktivierung wurde in beiden Studien durch keines der beiden Kontrollgeräusche hervorgerufen.

Diese Ergebnisse sprechen dafür, dass die Babys bereits gelernt haben, dass ihre Handlungen eine Konsequenz haben können und Sense of Agency somit ausgebildet ist.

5.2.4 Stufe 3: Identifikation

Die dritte Stufe erreichen die meisten Kinder im zweiten Lebensjahr, zwischen dem 15. und 18. Lebensmonat (Hannover & Greve, 2012). Sie zeichnet sich dadurch aus, dass die Kinder den Spiegeltest bestehen (Rochat, 2003). In dieser Zeitspanne ist das Selbsterkennen allerdings noch implizit und kann zwar anhand von Handlungen oder Beobachtungen erfasst werden, nicht jedoch durch symbolic means wie etwa Wörter.

Erst auf dieser Stufe sind Kleinkinder in der Lage, sich selbst im Spiegel zu identifizieren (Rochat, 2003) und zeigen mit ihren Bewegungen auf sich und nicht auf das Spiegelbild, weshalb davon ausgegangen wird, dass die Kinder nun beginnen, ein Selbstkonzept zu entwickeln (Lewis & Brooks-Gunn, 1979). Dies bezeichnen Deutsch, Sandhagen und Wagner (2000) als Tüpfelchen auf dem i der frühen Identitätsentwicklung. Gleichzeitig reagieren viele Kinder zunächst einmal mit Scham (Rochat, 2003), was als Zeichen verstan-

den wird, dass die Kinder erkennen, dass ihr inneres Selbstbild von ihrem äußeren Selbstbild, was von anderen wahrgenommen wird, unterschiedlich ist. Dies ist jedoch noch kein Beleg für die fünfte Stufe. Nach Lewis (1992) sind die Voraussetzungen für Scham zum einen das Wissen über die allgemeinen Regeln und Standards, Wissen über das eigene Verhalten im Hinblick auf diese Regeln und Standards sowie etwas wissen über einen selbst. Letzteres zeigen Kinder dadurch, dass sie den Spiegeltest bestehen.

Voraussetzung für ein Selbsterkennen im Spiegel ist ein Körperschema oder eine innere Repräsentation des eigenen Körpers (Rochat, 2003). Diese muss von innen heraus aufgebaut werden, um ihr entsprechend handeln zu können.

Zeitgleich beginnen Kinder auch in ihrer Sprache zwischen sich selbst und anderen semantisch zu unterscheiden (Bates, 1990). Dies äußert sich darin, dass die Kleinkinder langsam beginnen Personalpronomen zu verwenden und gegen Ende des zweiten Lebensjahres beginnen, „Ich“ zu sich selbst zu sagen (Kucan, 2011). Dies ist auch das Zeichen, dass die Kinder die ersten domänenspezifischen Aussagen über sich selbst treffen können (Harter, 2006). Diese Aussagen sind auf konkrete Verhaltensweisen bezogen und überwiegend positiv, zeigen aber, dass die Kinder ihr eigenes Verhalten beobachten.

In einem Alter von ungefähr 15 Monaten können Kleinkinder auch die Intention aus einer unvollständigen oder misslungenen Handlung herauslesen. Dies sieht man daran, dass die Kinder die Handlung vollständig und richtig imitieren (Meltzoff, 1999).

Mit spätestens 18 Monaten lässt sich bei Kleinkindern eine implizite Theory of Mind diskutieren. Hinweise auf eine implizite Theory of Mind geben Blickzeitstudien, bei denen Kleinkinder aus den Informationen, die andere Personen hatten, Handlungen abgeleitet und vorhergesagt haben, in der folgenden Studie das Suchen und Finden von versteckten Gegenständen. Aufgrund der typischen kognitiven Fehler, die Kinder in diesem Alter machen, sollte man erwarten, dass sie überrascht sind, wenn die handelnde Person nicht dieselben Informationen hat wie das Kind und einen Gegenstand zuerst an der falschen Stelle sucht. In den Blickzeitstudien zeigte sich allerdings, dass die Kinder überrascht waren, wenn die Person eine Handlung ausführte, die nicht zu dem Informationsstand des Kindes passte, also das Objekt an der richtigen Stelle suchte, obwohl es zuvor in Anwesenheit der Person an einer anderen Stelle versteckt wurde und in deren Abwesenheit verlagert wurde. Allerdings stellt sich die Frage, ob diese Überraschung wirklich auf die Handlung zurückzuführen ist und nicht nur auf das Ergebnis (Sodian, 2011). Eine andere Möglichkeit ist, dass Säuglinge ein Basissystem haben, was ihnen rudimentäre Vorhersagen erlaubt, welches aber unflexibel ist. Dieses wird später durch die Theory of Mind ersetzt (Sodian, 2011).

Im selben Alter lernen Kinder, zwischen ihren eigenen und fremden Wünschen und Gefühlszuständen zu unterscheiden. Dies steht auch mit dem Bestehen des Spiegeltests im Zusammenhang (Bischof-Köhler, 1989).

Gegen Ende des zweiten Lebensjahres erkennen die Kinder zudem, dass ihr Körper auch manchmal ein Hindernis für sie sein kann. Brownell et al. (2007) zeigten, dass Kinder, die schon länger laufen, dies besser verinnerlicht hatten, da diese mehr Erfahrungen mit ihrem eigenen Körper hatten. Die Repräsentation der eigenen Körpergröße erlangen die Kinder etwas später, erst im dritten Lebensjahr. Diese Ergebnisse sprechen dafür, dass Kinder verschiedene Eigenschaften ihres Körpers zu verschiedenen Zeitpunkten entdecken und kognitiv repräsentieren.

5.2.5 Stufe 4: Permanenz

Das Selbst ist nicht mehr vom Spiegel abhängig. Auf dieser Stufe erkennen die Kinder sich selbst auch auf Bildern und Videos wieder, auf denen sie zum Teil deutlich jünger sind und andere Kleidung tragen (Rochat, 2003). Diese Stufe erreichen Kinder nicht vor dem 3. Lebensjahr. Sie wird durch das Ich-aber-doch-nicht-ich-Dilemma eingeleitet.

Dieses Dilemma untersuchte auch Povinelli (2001), der in seiner Studie 2-, 3- und 4-Jährige in einem an den Spiegeltest angelehntes Verfahren verwendete. Die Kinder wurden beim Spielen gefilmt und in unregelmäßigen Abständen gelobt, indem ihnen der Kopf gestreichelt wurde, und beim letzten Loben wurde unauffällig ein Sticker an der Stirn aufgeklebt. Drei Minuten später wurde den Kindern das Video gezeigt in dem deutlich zu erkennen war, dass der Sticker auf ihrer Stirn angebracht wurde und dort die nächsten Minuten auch noch kleben blieb. Nur 25% der 3-jährigen suchte nach der Präsentation des Videos den Sticker an der Stirn, obwohl sie teilweise dieses Ereignis ansprachen. Die aufkommende Frage ist daher, ob sie sich im Video nicht erkannt haben. Auf die Frage allerdings, um wen es sich beim Video handelt, äußerten die Kinder keine Probleme und gaben entweder an „das bin ich“ oder ihren Namen. Als die Kinder daraufhin gefragt wurden, ob sie den Sticker aus dem Video besorgen könnten, scheiterten sie. Im Gegensatz dazu griffen fast alle 4-jährigen sofort an ihren Kopf, als sie das Video sahen, somit scheint es in diesem Altersbereich einen Zusammenhang zwischen dem vergangenem und dem aktuellen Selbst zu geben. Erst wenn die Kinder in der Lage sind zu begreifen, dass das Selbst nicht nur davon abhängig ist, was im Augenblick passiert, sondern auch was in der Vergangenheit passiert ist, und dass es in der Zukunft stabil bleibt, befinden sie sich in der Stufe des permanenten Selbst.

Innerhalb des vierten Lebensjahres werden zum ersten Mal auch autobiographische Informationen im Gedächtnis gespeichert (Hannover &

Greve, 2012). Diese entstehen durch Gespräche mit den Eltern, bei denen die wichtigen Einzelheiten von vergangenen Ereignissen gemeinsam besprochen und diese evaluiert werden (Harter, 2012). Nur aufgrund ihrer autobiographischen Erinnerungen sind Menschen dazu in der Lage, sich selbst zu beschreiben (Harter, 2012). Autobiographische Erinnerungen hingegen können überhaupt nur entstehen, wenn ein Mensch weiß, dass er ein einzelnes Individuum ist, das sich von anderen unterscheidet (Howe & Courage, 1993).

Mit drei Jahren verfügen Kinder auch über eine rudimentäre Theory of Mind. Sie erklären Handlungen aufgrund von Wünschen und Absichten (Sodian, 2012). Aufgrund dieser können sie auch zukünftige Handlungen vorhersagen.

Erst mit vier bis fünf Jahren beginnen Kinder auch Überzeugungen und den Wissensstand von Personen für die Handlungsvorhersage zu berücksichtigen. In vielen Studien wurde gezeigt, dass jüngere Kinder, wenn man sie explizit fragt, immer davon ausgehen, dass andere Personen – oder sie selbst zu einem anderen Zeitpunkt der Untersuchung – denselben Wissensstand haben, wie sie ihn zum aktuellen Zeitpunkt haben (Sodian, 2012). In diesem Alter lernen Kinder auch erst, dass sie selbst mogeln können. Vorher sagen sie, obwohl es ihnen anders empfohlen wurde, die Wahrheit. Die Theory of Mind ist in neokortikalen Strukturen beheimatet, welche laut Draganski und Thelen (2012) nicht früher reifen.

Selbstbeschreibungen sind im Kindergartenalter noch recht unzusammenhängend und nur auf beobachtbare Fakten beschränkt. Die Kinder beschreiben sich häufig über ihre äußere Erscheinung, ihre Fähigkeiten, Beziehungen und Besitztümer (Kray & Schaefer, 2012). Jungen neigen dabei eher zu ihren Aktivitäten und Fähigkeiten, Mädchen neigen eher zu sozialen und emotionalen Beschreibungen (Fivush & Buckner, 2003, zitiert nach Harter, 2012). Da die Selbstbeschreibungen eng mit beobachtbarem Verhalten verknüpft sind, gehen sie häufig in Demonstrationen des genannten Verhaltens über (Harter, 2012). Was die Kinder in den Selbstbeschreibungen besonders nennen, ist immer situationsabhängig. Dadurch ist die Selbstbeschreibung zeitlich nicht konsistent (Roebbers, 2007). Die Beschreibung besteht aus vielen aneinandergereihten Aussagen, welche auffallend positiv ist. Es scheint sich eher um ein Wunschbild des Selbst als um das echte Selbst zu handeln (Kray & Schaefer, 2012). Daher wird angenommen, dass der Selbstwert von Kindergartenkindern relativ hoch ist (Harter, 2006; Robins & Trzesniewski, 2005). Den Kindern fehlen noch die kognitiven Ressourcen, um ihre Wunschvorstellung von sich selbst und die aktuelle Realität auseinander zu halten, ebenso wie die Ressourcen, Informationen aus sozialen Kontexten in ihre Selbstrepräsentation mit einfließen zu lassen. Dadurch machen sie keine sozialen Vergleiche in ihren Selbstbeschrei-

bungen (Harter, 2012). Dennoch können die Kinder Vergleiche zwischen ihrem jetzigen ich und einer früheren Version ihrer selbst ziehen (Harter, 2012). Ebenso fehlen ihnen noch die Ressourcen, gegensätzliche Informationen über sich selbst zu integrieren. Das bedeutet, dass die Kinder sich entweder als gut oder als böse, als nett oder fies einstufen, aber nicht in der Lage sind, beides auf einmal zu sehen (Fischer & Bidell, 2010).

Beobachtet man allerdings Kindergarten- und junge Grundschulkinder, so gibt es Verhaltensweisen, die darauf hinweisen, ob das jeweilige Kind einen hohen oder niedrigen Selbstwert hat. Kinder mit einem hohen Selbstwert explorieren mehr, zeigen mehr Vertrauen und Neugier, sind zielstrebig, lächeln mehr und zeigen mehr Stolz, wenn sie ihre Kunstwerke teilen als Kinder mit einem niedrigeren Selbstwert (Harter, 2006). Der Selbstwert hat in diesem Alter nichts mit den aktuellen Fähigkeiten des Kindes zu tun, er spiegelt vielmehr wieder, inwiefern das Kind erlebt, dass es liebenswert ist (Harter, 2012).

5.2.6 Stufe 5: Metakognitives Ich-Bewusstsein

Diese Stufe erreichen die meisten Kinder mit ungefähr 5 Jahren (Harter, 2012). Das metakognitive Ich-Bewusstsein umfasst auch das Bewusstsein über die Sicht auf die eigene Person von anderen. Kinder verstehen nun, wie andere sie sehen und über sie denken (Rochat, 2003). Dieser Eindruck, was andere über einen denken, unabhängig davon, ob dieser Eindruck implizit oder explizit ausgedrückt wird, ist verbunden mit der kognitiven Fähigkeit, sich eine Vorstellung von der Gedankenwelt anderer zu machen.

In der Zeit, in der Kinder beginnen, sich selbst als permanente Einheiten zu sehen, zeigen sie auch große Fortschritte in ihrem Verständnis von anderen (Rochat, 2003). Mit 4–5 Jahren sind sie bereits fähig, eine Vielzahl an Repräsentationen und Perspektiven auf Objekte und andere Menschen zu haben. Außerdem gelingt es ihnen, aus einem Bild die Gedanken und den affektiven Zustand des Künstlers zu erfassen (Callaghan, T. C. & Rochat, 2003), eine Fähigkeit, die parallel zur Entwicklung der Theory of Mind einhergeht. Die Entwicklung der Theory of Mind sowie der Repräsentationsfähigkeit sind daher Belege für ein metakognitives Ich-Bewusstsein (Rochat, 2003). An dem Punkt, an denen Kinder zeigen, dass sie verstehen, dass andere Personen falsche Überzeugungen haben, zeigen sie dementsprechend auch das Wissen, dass sie die richtige Überzeugung haben.

Voraussetzung für diese Stufe ist ein gewisses Maß an Vorstellungskraft (Rochat, 2003). Nur mit dieser können die Gedanken der Mitmenschen über einen Selbst nachvollzogen werden.

Da die Kinder ihre eigene Geschichte und ihre eigenen Erinnerungen immer mehr aktiv selbst erzählen und die Rolle der Eltern nach und nach

kleiner wird, wird nach Harter (2012) ihr Sense of Agency ausgeprägter. Ebenso wächst auch ihr Wissen über die eigene Kontinuität (Harter, 2012).

Selbstbeschreibungen von Kindern auf dieser Stufe unterscheiden sich nur in wenigen Aspekten von denen auf Stufe 4. Kognitiv entwickelt sich in diesem Alter das Verständnis für Gegensätze (Harter, 2012). Dadurch werden viele Gegensätze in die Selbstbeschreibungen aufgenommen, zum Teil auch als rudimentärer Vergleich mit anderen. Die Kinder nehmen nun auch war, dass sie mehrere Emotionen zur gleichen Zeit haben können, auch wenn diese die gleiche emotionale Ladung aufweisen müssen. Positive und negative Emotionen zur gleichen Zeit können die Kinder nicht beschreiben (Harter, 2012).

Obwohl die Kinder beobachten, dass andere sich selbst bewerten, einen Selbstwert bilden, sind sie selbst dazu nicht in der Lage, da sie ihren Egozentrismus noch nicht überwunden haben (Selman, 2003, zitiert nach Harter, 2012).

5.3 Grundschulalter

Selbstbeschreibungen von älteren Grundschulkindern sind realistischer und differenzierter als die von Kindergartenkindern. Die Kinder vergleichen sich nun häufiger mit ihren Altersgenossen, sowohl in Leistungsbereichen wie auch ihr Aussehen und ihre Besitztümer. Zudem setzen sie einzelne Aspekte ihres Selbstkonzeptes in Zusammenhang und sind somit strukturierter als noch im Kindergartenalter. Zum Teil werden auch gegensätzliche Einzelheiten genannt, sofern sich der Kontext, in dem sie auftreten, unterscheidet (Kray & Schaefer, 2012). Durch Feedback von Eltern, Lehrern und Freunden wird das Selbstbild, was die Kinder haben, realistischer und ihr Selbstwert sinkt ab (Chung, Hutteman, van Aken, Marcel A. G. & Denissen, 2017; Harter, 2012; Robins & Trzesniewski, 2005). Die einzelnen Dimensionen, in denen das Kind sich bewertet, und ihre subjektive Bedeutung für das Kind beeinflussen den Selbstwert (Kray & Schaefer, 2012). Die Entwicklung des Selbstkonzeptes scheint mit der Entwicklung des frontotemporalen Strukturen zusammenzuhängen, da Personen mit einer Frontotemporalen Demenz Probleme mit ihrer Persönlichkeitseinschätzung haben (Kapitel Demenz in diesem Band).

Erst im späteren Grundschulalter verstehen Kinder, was Fähigkeiten und Personeneigenschaften sind. Daraufhin wird das Selbstkonzept in verschiedenen Domänen organisiert (Hannover & Greve, 2012). Es werden nun sowohl Stärken wie auch Schwächen berücksichtigt (Roebbers, 2007). Einzelne Domänen, wie die schulische Leistung, sind recht stabil, wohingegen andere Domänen noch schwankend und vor allem in der Pubertät wieder schwankend sein können (Roebbers, 2007). Etwa ab dem 9. Lebensjahr haben die

Kinder die kognitiven Ressourcen, um ihre verschiedenen domänenspezifischen Aspekte des Selbstwerts zu einem Gesamtwert zu integrieren (Harter, 2006). Dadurch steigt die Spanne der verschiedenen Selbstwerte der Kinder und es entwickeln sich Kontrollfunktionen für die Höhe des Selbstwertes (Harter, 2012). Die weitere Entwicklung des Selbstkonzeptes in der Pubertät ist im Kapitel Jugend von Droste, Markwitz, Wehrmaker und Zach in diesem Band dargestellt.

Dennoch fanden Orth, Erol und Luciano (2018) in ihrer Metaanalyse andere Ergebnisse für die Entwicklung des Selbstwertes. Sie fanden heraus, dass der Selbstwert bis zu einem Alter von 11 Jahren ansteigt und danach konstant blieb. Dies steht im Gegensatz zu den oben genannten theoretischen Überlegungen und Beobachtungen. Kritisch anzumerken ist allerdings, dass viele der Studien, die in die Metaanalyse eingingen, nicht den globalen Selbstwert, sondern domänenspezifische Selbstwerte in der Kindheit erfassten, und zudem nur wenige Studien vorlagen. Dennoch ließ sich ein steigender Selbstwert in der Kindheit durch steigende Autonomie und Erfolgserlebnisse erklären (Harter, 1998).

Während im späten Kindergartenalter und im frühen Grundschulalter noch die Eltern Mitspracherecht hatten und Koautoren bei den autobiographischen Erinnerungen waren, bilden ältere Grundschulkinder ihr autobiographisches Gedächtnis alleine. Falls es widersprüchliche Erinnerungen bei Eltern und Kindern gibt, neigen die Kinder nun dazu, ihre eigene Version zu bevorzugen (Nelson, 2003). Dadurch, dass die Kinder sich selbst besser einschätzen können, entwickeln sie Erwartungen darüber, was sie erreichen können, wie zum Beispiel die Mathenote in einem Test (Madux & Gosselin, 2003). Somit entwickelt sich die Selbstwirksamkeit. Dennoch neigen Grundschulkinder bei zufälligen Ergebnissen, die ihnen gefallen, noch vermehrt dazu, zu glauben, dass sie diese verursacht haben (van Elk, Rutjens & van der Pligt, 2015).

Grundschulkinder wissen, dass sie auch gegensätzliche Emotionen zur gleichen Zeit erleben können, wenn auch noch nicht bezüglich des gleichen Objekts. Dies bildet sich erst gegen Ende der Kindheit aus (Harter, 2012).

Auch die Art und Weise, wie Kinder ihren Körper wahrnehmen, verändert sich am Ende der Grundschule. Zuvor nutzen Kinder vor allem visuell-taktile Reize, um die Position ihrer Extremitäten im Raum und in Relation zu sich selbst zu bewerten (Cowie, Makin & Bremner, 2013). Erst mit 10 bis 11 Jahren wird die Propriozeption als Hauptinformation über die Position der eigenen Extremitäten genutzt (Cowie, Sterling & Bremner, 2016). Damit nehmen Kinder ihren Körper auf die gleiche Weise wahr wie Erwachsene.

5.4 Diskussion

Die bisher berichteten Ergebnisse stützen sich vielfach auf den bereits erwähnten Spiegeltest, der jedoch in der aktuellen Diskussion immer kritischer betrachtet wird, und daher die kognitivistische Interpretation der gezeigten Verhaltensweisen auf das Selbstempfinden in Frage gestellt werden muss (Rochat & Zahavi, 2011). Einige Kritikpunkte werden im Folgenden vorgestellt.

Gallup (1970) nutzte den Spiegeltest zur Erfassung von Selbstwahrnehmungsfähigkeiten bei Primaten. Das Bestehen des Spiegeltests ist demnach ein Beweis für die Selbsterkennung im Spiegel und bildet den Nachweis, dass das Lebewesen Selbstwahrnehmung besitzt (Gallup, 1977). Diese Fähigkeit der Selbsterkennung im Spiegel setzt dabei voraus, dass das Lebewesen bereits Selbstbewusstsein besitzt. Gallup (1982) geht noch einen Schritt weiter und argumentiert, dass es kein Bewusstsein gibt, das nicht auch Selbstbewusstsein miteinschließt und folgert daraus, dass Lebewesen überhaupt kein Bewusstsein haben, wenn sie sich nicht auf ihre eigenen mentalen Zustände beziehen können. Diese Schlussfolgerung würde allerdings für Kleinkinder, die den Spiegeltest nicht bestehen, bedeuten, dass diese keine bewussten Erfahrungen machen können (Gallup, 1985). Die genannten Behauptungen geraten neuerdings immer mehr unter Kritik, vor allem die Äußerung, dass das Bestehen des Spiegeltest ein Beweis für Selbstwahrnehmungsfähigkeiten ist, ist empirisch nicht belegbar (Rochat & Zahavi, 2011).

In einer Abwandlung des Rouge-Tests wurde das Verhalten von Säuglingen untersucht, wenn nicht sie selbst, sondern die Mutter eine Markierung an der Nase hatte (Lewis & Brooks-Gunn, 1979), mit dem Ergebnis, dass diese sich bei dem Anblick trotzdem häufiger an die eigene Nase griffen. Die Ergebnisse des Spiegeltest können daher dazu neigen, falsch-positive Ergebnisse zu generieren (Mitchell, 1993). Darüber hinaus gibt es Kinder anderer Kulturen, die mit 6–7 Jahren den Spiegeltest nicht bestehen, und somit stellt sich die Frage, ob zusätzlich das Nichtbestehen falsch-negative Ergebnisse liefert (Broesch, Callaghan, Henrich, Murphy & Rochat, 2011). Des Weiteren lässt der Test außer Acht, dass mehrere Arten des Selbstempfindens existieren könnten und das Scheitern im Spiegeltest nur eine bestimmte Art der Selbsterkennung ausschließt (Rochat & Zahavi, 2011). Hierzu zählt auch die Tatsache, dass es sich bei der Spiegelselbsterkennung nicht wie von Gallup angenommen um ein eindimensionales Konstrukt handelt, sondern um einen Multi Level Prozess mit verschiedenen Stufen (Rochat, 2003; Rochat & Zahavi, 2011).

Zudem wird argumentiert, dass Lebewesen, die den Rouge-Test nicht bestehen, kein Bewusstsein über sich selbst haben und somit auch nicht in

der Lage sind, irgendetwas bewusst zu erleben, da sie ihre eigenen Bewusstseinszustände noch nicht reflektieren können (Carruthers, 1996). Somit könnten nur Lebewesen, die eine explizite, an Sprache gebundene Theory of Mind ausgebildet haben, überhaupt etwas bewusst erleben (Carruthers, 1996). Diese Higher-Order-Theorie ist mittlerweile allerdings sehr umstritten und konnte nicht bestätigt werden (Zahavi, 2004). Auch wurde bereits gezeigt (siehe Stufe 1), dass Kinder im Alter von drei Monaten ein implizites Selbst besitzen und zwischen sich selbst und der Umwelt unterscheiden (Rochat, 2003).

Eine andere Erklärung für die Fähigkeit der Selbsterkennung im Spiegel wird von Mitchell (1997) vorgeschlagen, der für das Spiegelselbsterkennen nur ein kinästhetisches Gefühl des eigenen Körpers voraussetzt und die Fähigkeit zur kinästhetisch-visuellen Angleichung. Das bedeutet, dass die Primaten zwischen dem Bild, was sie im Spiegel sehen, und einem internen Bild ihres Körpers eine Verbindung herstellen. Dies setzt aber kein Bewusstsein über das Selbst voraus.

Zuletzt betrachtet die kognitivistische Sicht den Spiegeltest aus einer Alles-oder-Nichts-Perspektive (Rochat & Zahavi, 2011). Ein Lebewesen ist demnach entweder fähig oder unfähig, den Spiegeltest zu bewältigen. Wie eingangs bereits gezeigt ist die Spiegelselbsterkennung aber ein Prozess, der sich über die Zeit entwickelt (Rochat, 2003). Außerdem gäbe es nach dem Alles-oder-Nichts-Prinzip keine Unterschiede zwischen der Spiegel-Selbsterfahrung von Menschen und Tieren, die den Test meistern. Am Anfang dieses Kapitels wurde bereits über das Selbst von Tieren gesprochen, dieser Aspekt soll nun etwas genauer beleuchtet werden.

Die bisher berichteten Befunde deuten auf eine komplexere Interpretation der Spiegelselbsterfahrung hin als die von der kognitivistischen Theorie angenommene (Rochat & Zahavi, 2011). Da nun aber erwiesenermaßen auch Primaten in der Lage sind den Spiegeltest zu bestehen (für einen Überblick Anderson & Gallup, 2015; Gallup, 1982), führte dies zu kontroversen Diskussionen im Gebiet der vergleichenden Psychologie mit der Frage, ob diese dann auch die kognitiven und affektiven Formen des Selbst, die beim Menschen angenommen werden, besitzen, sowie zu Untersuchungen der Perspektivübernahme bei Primaten (Premack & Woodruff, 1978). Ergebnisse dieser Untersuchungen konnte zeigen, dass es nach aktuellem Stand einmalig für Menschen ist (Tomasello, Carpenter, Call, Behne & Moll, 2005). Auch Rochat und Zahavi (2011) argumentieren dabei gegen eine Vereinheitlichung der Ergebnisse für Menschen und Tiere und hinterfragen die Sinnhaftigkeit einer gleichen Interpretation, da auch alternative Erklärungsmodelle für das Bestehen im Spiegeltest vorhanden sind. Povinelli (1995) argumentiert, dass Schimpansen durch propriozeptives und kinetisches Feedback lernen, die Bewegungen des Spiegelbildes zu ma-

nipulieren. Sie lernen prozedurale Regeln, um das Verhalten des „anderen“ im Spiegel zu manipulieren, und reagieren dabei genauso, wenn sie statt einem Spiegelbild eine Videoaufnahme sehen. Auch die von Gallup (1970) berichteten Verhaltensweisen, dass Schimpansen den Spiegel nutzten, um ihren Handlungsspielraum zu erweitern, indem sie ihre Zähne reinigten oder Stellen ihres Körpers untersuchten, die ohne den Spiegel nicht sichtbar sind, bieten ebenso die Möglichkeit für eine andere Erklärung (Rochat & Zahavi, 2011): So könnten die Tiere auch gelernt haben, sowohl ihre Wahrnehmungseinstellung zu ändern, als auch ihren Körper in Verbindung mit dem Spiegelbild zu bringen, indem sie den Spiegel an-, statt durch ihn hindurch schauen. Das muss allerdings nicht zwangsläufig heißen, dass sie deshalb auch in der Lage sind, ein begriffliches Verständnis davon zu entwickeln, was sie durch den Blick in den Spiegel über sich selbst in Relation zu dem Spiegelbild gelernt haben. Eine Alternativerklärung würde lauten, dass die Tiere multimodale Erfahrungen mit dem Spiegel machen, und dabei lernen, dass sie Urheber dieser Erfahrung sind, aber auf einer nicht begrifflichen Ebene. Durch den direkten Kontakt mit dem Spiegel lernen sie, dass sie nicht durch diesen hindurchgreifen können, es außer der Spiegeloberfläche nichts Greifbares gibt, dieser also keine räumliche Erweiterung ihrer Umwelt ist, und sie daher ihre Bewegungen auf sich selbst ausrichten müssen. Dieser Lernvorgang ist allerdings nicht begrifflich, sondern beruht auf der sensomotorischen Äquivalenz zwischen dem verkörperten Selbst und dem Spiegelbild. Des Weiteren konnte in Studien (Call & Tomasello, 2008) gezeigt werden, dass es keine Beweise gibt, die für eine Theory of Mind sprechen, da die Tiere nicht in der Lage sind, die klassischen False-Belief Aufgaben zu lösen.

Die dargestellten Ergebnisse weisen also auf mehrere Erklärungsmöglichkeiten, die in der Zukunft durch Studien getestet werden müssen. Dabei ist es auch wichtig, die dem Verhalten zugrunde liegenden kognitiven Fähigkeiten zu untersuchen (Anderson & Gallup, 2015), da die Selbsterkennung nur eine Unterform des Selbst ist, welches Individuen zu höheren emotionalen und kognitiven Prozessen befähigt wie Empathie oder Perspektivübernahme. Daher stellt sich die Frage, inwieweit oder ob überhaupt Tiere, die den Spiegelttest bestehen, auch diese Formen des Selbst beherrschen. Außerdem müssen methodische Probleme beseitigt werden, da Untersuchungen zu unterschiedlichen Ergebnissen kommen, je nachdem ob Affen in freier Wildbahn getestet werden, oder ob diese im Labor aufgewachsen sind (Gallup, McClure, Hill & Bundy, 1971). Auch der Anforderungscharakter ist entscheidend, ob Tiere den Spiegel benutzen oder einfach ignorieren (Rajala, Reininger, Lancaster & Populin, 2010). Hinzu kommt die Tatsache, dass viele Tiere nicht den visuellen Sinn primär ver-

wenden, sondern eher den olfaktorischen (Anderson & Gallup, 2015), daher sollten neue multimodale Ansätze entwickelt werden.

5.5 Literaturverzeichnis

- Amsterdam, B. (1972). Mirror self-image reactions before age two. *Developmental psychobiology*, 5 (4), 297-305.
- Anderson, J. R. & Gallup, G. G. (2015). Mirror self-recognition: a review and critique of attempts to promote and engineer self-recognition in primates. *Primates*, 56 (4), 317-326. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1007/s10329-015-0488-9>
- Bates, E. (1990). Language about me and you: Pronominal reference and the emerging concept of self. In *The self in transition: Infancy to childhood* (The John D. and Catherine T. Mac-Arthur foundation series on mental health and development, S. 165-182). Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
- Berlucchi, G. & Aglioti, S. (1997). The body in the brain: neural bases of corporeal awareness. *Trends in neurosciences*, 20 (12), 560-564.
- Bischof-Köhler, D. (1989). Spiegelbild und Empathie. Die Anfänge der sozialen Kognition (Psychologie Forschung). Zugl.: Konstanz, Univ., Diss., 1988. Bern: Huber. Verfügbar unter <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bvb:19-epub-2919-4>
- Broesch, T., Callaghan, T., Henrich, J., Murphy, C. & Rochat, P. (2011). Cultural Variations in Children's Mirror Self-Recognition. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42 (6), 1018-1029.
- Brownell, C. A., Zerwas, S. & Ramani, G. B. (2007). "So big": the development of body self-awareness in toddlers. *Child development*, 78 (5), 1426-1440.
- Call, J. & Tomasello, M. (2008). Does the chimpanzee have a theory of mind? 30 years later. *Trends in cognitive sciences*, 12 (5), 187-192.
- Callaghan, T. C. & Rochat, P. (2003). Traces of the artist: Sensitivity to the role of the artist in children's pictorial reasoning. *British Journal of Developmental Psychology*, 21 (3), 415-445.
- Carruthers, P. (1996). *Language, thought, and consciousness. An essay in philosophical psychology* (1st paperback ed.). Cambridge [England]: Cambridge University Press.
- Castiello, U., Becchio, C., Zoia, S., Nelini, C., Sartori, L., Blason, L. et al. (2010). Wired to be social: the ontogeny of human interaction. *PloS one*, 5 (10), e13199.
- Chung, J. M., Hutteman, R., van Aken, Marcel A. G. & Denissen, J. J. A. (2017). High, low, and in between: Self-esteem development from middle childhood to young adulthood. *Journal of Research in Personality*, 70, 122-133.
- Cowie, D., Makin, T. R. & Bremner, A. J. (2013). Children's responses to the rubber-hand illusion reveal dissociable pathways in body representation. *Psychological science*, 24 (5), 762-769.
- Cowie, D., Sterling, S. & Bremner, A. J. (2016). The development of multisensory body representation and awareness continues to 10 years of age: Evidence from the rubber hand illusion. *Journal of experimental child psychology*, 142, 230-238.

- Deans, C. E., McIlwain, D. & Geeves, A. (2015). The interpersonal development of an embodied sense of agency. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 2 (3), 315-325.
- Deutsch, Sandhagen & Wagner (2000). Identitätsentwicklung von Zwillingen: Warum das Selbst nicht geklont werden kann. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 58-74). Weinheim: Beltz Psychologie-Verl.-Union.
- Dondi, M., Simion, F. & Caltran, G. (1999). Can newborns discriminate between their own cry and the cry of another newborn infant? *Developmental Psychology*, 35 (2), 418-426.
- Draganski, B. & Thelen, A. (2012). Ontogenese und Plastizität des Gehirns. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7., vollständig überarbeitete Auflage, S. 117-136). Weinheim: Beltz.
- Filippetti, M. L., Lloyd-Fox, S., Longo, M. R., Farroni, T. & Johnson, M. H. (2015). Neural Mechanisms of Body Awareness in Infants. *Cerebral cortex* (New York, N.Y.: 1991), 25 (10), 3779-3787.
- Fischer, K. W. & Bidell, T. R. (2010). Dynamic Development of Action and Thought. In W. Damon & R. M. Lerner (Hrsg.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Bd. 111, S. 1036) [Hoboken, N. J.]: John Wiley & Sons.
- Gallup. (1970). Chimpanzees: Self-Recognition. *Science*, 167 (3914), 86-87.
- Gallup. (1977). Self recognition in primates: A comparative approach to the bidirectional properties of consciousness. *American Psychologist*, 32 (5), 329-338.
- Gallup. (1982). Self-awareness and the emergence of mind in primates. *American Journal of Primatology*, 2 (3), 237-248.
- Gallup. (1985). Do minds exist in species other than our own? *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 9 (4), 631-641.
- Gallup., McClure, M. K., Hill, S. D. & Bundy, R. A. (1971). Capacity for Self-Recognition in Differentially Reared Chimpanzees. *The Psychological Record*, 21 (1), 69-74. Verfügbar unter <https://doi.org/10.1007/BF03393991>
- Hannover, B. & Greve, W. (2012). Selbst und Persönlichkeit. *Entwicklungspsychologie*, 543-561.
- Harter, S. (1998). The development of self-representations. In *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development*, Vol. 3, 5th ed (S. 553-617). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Harter, S. (2006). The Development of Self-Esteem. In *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives* (S. 144-150). New York, NY, US: Psychology Press.
- Harter, S. (2012). The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations, 2nd ed (The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations, 2nd ed). New York, NY, US: Guilford Press.
- Howe, M. L. & Courage, M. L. (1993). On resolving the enigma of infantile amnesia. *Psychological bulletin*, 113 (2), 305-326.
- Knopf, M. & Mack, W. (2007). In: Hasselhorn, Marcus; Schneider, Wolfgang (Ed.), *Handbuch der Entwicklungspsychologie* (S. 143-152). Göttingen: Hogrefe, 2007. In M. Hasselhorn & W. Schneider (Hrsg.), *Handbuch der Psychologie* (Handbuch der Psychologie, Bd. 7, S. 143-152). Göttingen: Hogrefe.

- Kray, J. & Schaefer, S. (2012). Mittlere und späte Kindheit (6-11 Jahre). In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7., vollständig überarbeitete Auflage, S. 211-233). Weinheim: Beltz.
- Kucan, S. (2011). Beurteilung von Sprachentwicklung und Kommunikationsverhalten bei normal entwickelten Kleinkindern anhand des ADOS-G. Dissertation. LMU München: Medizinische Fakultät.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self* (Shame: The exposed self). New York, NY, US: Free Press.
- Lewis, M. & Brooks-Gunn, J. (1979). *Social Cognition and the Acquisition of Self*. Boston: Springer US.
- Maddux, J. E. & Gosselin, J. T. (2003). Self-Efficacy. In *Handbook of self and identity*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Meltzoff, A. N. (1999). Origins of theory of mind, cognition and communication. *Journal of communication disorders*, 32 (4), 251-269.
- Mitchell, R. W. (1993). Mental models of mirror-self-recognition: Two theories. *New Ideas in Psychology*, 11 (3), 295-325.
- Mitchell, R. W. (1997). Kinesthetic-Visual Matching and the Self-Concept as Explanations of Mirror-Self-Recognition. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 27 (1), 17-39.
- Nadel, J., Prepin, K. & Okanda, M. (2005). Experiencing contingency and agency: First step toward self-understanding in making a mind? *Interaction Studies: Social Behaviour and Communication in Biological and Artificial Systems*, 6 (3), 447-462.
- Nelson, K. (2003). Self and social functions: individual autobiographical memory and collective narrative. *Memory* (Hove, England), 11 (2), 125-136.
- Orth, U., Erol, R. Y. & Luciano, E. C. (2018). Development of self-esteem from age 4 to 94 years: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*.
- Paulus, M., Hunnius, S. & Bekkering, H. (2013). Neurocognitive mechanisms underlying social learning in infancy: infants' neural processing of the effects of others' actions. *Social cognitive and affective neuroscience*, 8 (7), 774-779.
- Paulus, M., Hunnius, S., van Elk, M. & Bekkering, H. (2012). How learning to shake a rattle affects 8-month-old infants' perception of the rattle's sound: Electrophysiological evidence for action-effect binding in infancy. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 2 (1), 90-96.
- Povinelli, D. J. (1995). The Unduplicated Self. In P. Rochat (Hrsg.), *The self in infancy. Theory and research* (Advances in Psychology, vol. 112, Bd. 112, S. 161-192). Amsterdam [etc.]: Elsevier.
- Povinelli, D. J. (2001). The self: Elevated in consciousness and extended in time. In *The self in time: Developmental perspectives* (S. 75-95). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Premack, D. & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences*, 1 (4), 515.
- Rajala, A. Z., Reininger, K. R., Lancaster, K. M. & Populin, L. C. (2010). Rhesus monkeys (*Macaca mulatta*) do recognize themselves in the mirror: implications for the evolution of self-recognition. *PloS one*, 5 (9).

- Robins, R. W. & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-Esteem Development Across the Lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14 (3), 158-162.
- Rochat, P. (2003). Five levels of self-awareness as they unfold early in life. *Consciousness and Cognition*, 12 (4), 717-731.
- Rochat, P. & Hespos, S. J. (1997). Differential rooting response by neonates: evidence for an early sense of self. *Early Development and Parenting*, 6 (3-4), 105-112.
- Rochat, P. & Zahavi, D. (2011). The uncanny mirror: a re-framing of mirror self-experience. *Consciousness and Cognition*, 20 (2), 204-213.
- Roebers, C. M. (2007). Entwicklung des Selbstkonzepts. In M. Hasselhorn & W. Schneider (Hrsg.), *Handbuch der Psychologie (Handbuch der Psychologie, Bd. 7, S. 381-391)*. Göttingen: Hogrefe.
- Rossa, R. & Rossa, J. (2017). Wenn du ein Bonbon wärst. 120 verrückte Fragekarten für den Einstieg in die Kinderpsychotherapie. Weinheim: Beltz.
- Roth, G. (2010). Wie einzigartig ist der Mensch? Die lange Evolution der Gehirne und des Geistes (Spektrum-Akademischer-Verlag-Sachbuch). Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag. Verfügbar unter <http://dx.doi.org/10.1007/978-3-8274-2719-9>
- Sodian, B. (2011). Theory of mind in infancy. *Child Development Perspectives*, 5 (1), 39-43.
- Sodian, B. (2012). Denken. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie (7., vollständig überarbeitete Auflage, S. 385-412)*. Weinheim: Beltz.
- Sommerville, J. A., Woodward, A. L. & Needham, A. (2005). Action experience alters 3-month-old infants' perception of others' actions. *Cognition*, 96 (1), B1-11.
- Stern, D. N. (1992). *Die Lebenserfahrung des Säuglings (2. Aufl.)*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Svartberg, K. & Forkman, B. (2002). Personality traits in the domestic dog (*Canis familiaris*). *Applied Animal Behaviour Science*, 79 (2), 133-156.
- Tomasello, M., Carpenter, M., Call, J., Behne, T. & Moll, H. (2005). In Search of the Uniquely Human. *Behavioral and Brain Sciences*, 28 (05).
- Van Elk, M., Rutjens, B. T. & van der Pligt, J. (2015). The development of the illusion of control and sense of agency in 7- to-12-year old children and adults. *Cognition*, 145, 1-12.
- Zahavi, D. (2004). Back to Brentano? *Journal of Consciousness Studies*, 11 (10-11), 66-87. Verfügbar unter <https://www.ingentaconnect.com/content/imp/jcs/2004/00000011/fo020010/art00005>

6. Das Selbst im Jugendalter

KEZIA LARA DROSTE, DANIELA MARKWITZ,
NINA WEHRMAKER UND CHARLOTTE ZACH

6.1 Einleitung

Bei VertreterInnen der verschiedensten Theorien und Modelle der Entwicklungspsychologie herrscht Einigkeit, dass die Frage nach dem Selbst und der Identität eine der wichtigsten Fragen der Jugend ist. Der vorliegende Beitrag gibt anhand von Leitfragen einen Überblick über Theorien und Modelle des Selbst und seiner Entwicklung im Jugendalter sowie über grundlegende und neuere Forschungsergebnisse. Zunächst geht es um den nicht einfachen Begriff des Jugendalters, um danach den Fokus auf den nicht weniger komplexen Begriff des Selbst zu legen. Nach der Darstellung des Modells der psychosozialen Krisen nach Erikson (1966, 1974, 1988), der Identitätsstadien nach Marcia (1980) und des Modells des hierarchischen Selbstkonzepts nach Shavelson (1976) folgen ausgewählte Ergebnisse der Selbstkonzeptforschung. Abschließend wird als Veranschaulichung Jugenddelinquenz aus der Perspektive der Fehlentwicklung des Selbst beleuchtet.

6.2 Das Jugendalter: Wann fängt es an, wann hört es auf?

Die Auffassung, wie der Begriff Jugend definiert ist, wann dieser Altersabschnitt beginnt und wann er endet, unterscheidet sich nicht nur über den historischen Verlauf, sondern auch über verschiedene wissenschaftliche (Teil-)Disziplinen hinweg (Fimpler & Hannen, 2016; Lippuner, 2018). Das Feld dieser Disziplinen spannen Rolf Oerter und Eva Dreher wie folgt auf: „Der Lebensabschnitt Jugend ist nicht nur eine soziohistorische Konstruktion, sondern ebenso ein Phänomen multidisziplinären Interesses (z. B. der Soziologie, Politik, Psychologie, Pädagogik, Biologie, Medizin, Rechtswissenschaft)“ (2008, S. 272). Anhand dieser Aufzählung wird nachvollziehbar, dass sich im Rahmen einer wissenschaftlichen Bearbeitung nicht von dem einen, allgemeinen und statischen Verständnis von Jugend sprechen [lässt], da verschiedene wissenschaftliche Disziplinen mit ihren je eigenen Schwerpunkten und theoretischen Wissensbeständen Erklärungsversuche

und Klassifizierungen vornehmen sowie den analysierten Gegenstand aus ihrer Position heraus abgrenzen und unterschiedliche Entwicklungen einbeziehen. (Fimpler & Hannen, 2016, S. 12)

So begegnen uns bei der Auseinandersetzung mit dem Thema Jugendalter Begriffe wie Jugend, Pubertät und Adoleszenz. Helmut Fend (2005) nimmt in Bezug auf diese Begriffe eine fachspezifische Differenzierung vor. Dieser Definition nach sei Jugend eher soziologisch, Adoleszenz eher psychologisch und Pubertät eher biologisch ausgerichtet. Hierbei ist jedoch zu erwähnen, dass die Pubertät mit beiden anderen Begriffen verwoben ist, da jene mit ihren körperlich-hormonellen Veränderungen meist den Startpunkt der Jugend bzw. Adoleszenz markiert und auch in deren Verlauf eine bedeutende Rolle spielt (Lippuner, 2018).

Für die Perspektive der Entwicklungspsychologie stellt die Adoleszenz das Alter zwischen zehn und 19 Jahren dar, wobei „weniger der Zeitabschnitt interessant [ist] als die Veränderungen des Erlebens und Verhaltens sowie deren bio-psychosoziale Grundlagen“ (Silbereisen & Weichold, 2012, S. 236). Denn in der Adoleszenz unterliegen Jugendliche zahlreichen Veränderungen nicht nur auf körperlicher, sondern auch auf neuronaler, kognitiver und psychosozialer Ebene, die in relativ kurzer Zeit von statten gehen (für einen Überblick über diese zahlreichen Veränderungen siehe Silbereisen & Weichold, 2012).

Verschiedene Autoren diagnostizieren seit Ende des 20. Jahrhunderts sowohl eine säkulare Akzeleration, ein früherer Beginn der Pubertät, (Silbereisen & Weichold, 2012; Steinberg, Dahl, Keating, Kupfer & Masten, 2006) als auch eine Vorverlagerung der Adoleszenz durch ein früheres Einsetzen psychologischer Reifeprozesse (Ferchhoff & Neubauer, 1997; Lippuner, 2018). Aber auch das Ende des Jugendalters und damit der Übergang in das Erwachsenenalter scheint zeitlicher Verschiebungen zu unterliegen:

„There are 19-year-olds who have reached adulthood – demographically, subjectively, and in terms of identity formation – and 29-year-olds who have not“ (Arnett, 2000, S. 477).

Da sich viele junge Menschen zwischen 20 und 30 Jahren weder jugendlich noch erwachsen fühlen, postuliert Jeffrey Jensen Arnett (2000), dass die Jugend nicht direkt in das Erwachsenenalter übergeht, vielmehr finde ein Übergang in das Erwachsenwerden, die *emerging adulthood*, statt. Auch wenn diese *emerging adulthood* „vor allem eine Besonderheit junger Leute mit höherer Bildung ist, die schon deshalb auf die verzögerte Übernahme von Verantwortung für andere ausgerichtet ist“ (Silbereisen & Weichold, 2012, S. 243), wird aus den vorangegangenen Überlegungen ersichtlich, dass „das Alter allein ein ungenügender Indikator für die Übergänge zwischen den verschiedenen Lebensphasen von jungen Menschen [ist]“ (Lippuner,

2018, S. 42). Insofern ist es sinnvoll, sich an dieser Stelle dem Begriff Adoleszenz weiter über die auf das Selbst bezogenen Veränderungs- und Entwicklungsprozesse, die in dieser Phase stattfinden, zu nähern.

6.3 Selbstkonzept im Jugendalter: Wer bin ich? Wer will ich sein?

Ähnlich dem Begriff der Jugend finden wir auch im Bereich der Selbstforschung kein klar definiertes Forschungsfeld vor. Beurteilte Werner Greve bereits 2000, dass sich die Selbstforschung aufgrund von konzeptuellen und theoretischen Unklarheiten durch methodisch und inhaltlich sehr divergente Ansätze auszeichnet, so erscheint fast 20 Jahre später dieses Feld ähnlich unklar umrissen. Es gilt weiterhin, dass „[o]ft [...] nicht einmal ohne weiteres auszumachen [ist], wo der Akzent im Einzelfall liegt, wenn Begriffe wie „Selbst“, „Selbstkonzept“, „Selbstwert“, „Identität“ und andere Varianten synonym, unerläutert oder zwanghaft operational definiert gebraucht werden“ (Greve, 2000, S. 16). Worüber jedoch grundlegende Einigkeit besteht, ist, dass die Selbst- und Identitätsfindung eine zentrale Entwicklungsaufgabe des Jugendalters darstellt (Hannover & Greve, 2012; Lohaus & Vierhaus, 2013). Doch hier findet sich bereits die erste Unsicherheit: Wodurch unterscheiden sich das Selbst und die Identität? Hella Schick (2012) grenzt diese beiden Begriffe wie folgt voneinander ab:

Während das Selbstkonzept das deskriptive, evaluative und konative Wissen der Person über sich selbst beinhaltet und sich wesentlich aus gemachten Erfahrungen und Rückmeldungen der als relevant erlebten sozialen Umgebung konstituiert, bezieht sich die Ausbildung von Identität auf die Beziehung der Komponenten bzw. die Konsistenz der resultierenden Selbstbilder. Während das Selbstkonzept sich aus nebeneinander bestehenden, immer differenzierteren Selbstbeschreibungen kumulativ entwickelt, ist Identität das Ergebnis einer aktiven Suche, Definition und Konstruktion des Selbst. (S. 272)

Zum Selbst gehört also jegliches Wissen, das eine Person über sich erwirbt und besitzt, aber auch die kognitiven Prozesse, nach denen diese Inhalte selektiert und verarbeitet werden. Identität und Selbst stehen miteinander in Verbindung, sodass aktuelle und künftige Selbst Teil der aktiv konstruierten Identität sein können. Hieraus lässt sich nachvollziehen, dass auch die Entwicklung von Selbst und Identität eng miteinander verzahnt sind.

6.4 Wie entwickelt sich die Identität? Erikson und Marcia

Ein psychoanalytisch geprägtes Konzept der Identitätsentwicklung liefert Erik H. Erikson (1966, 1974, 1988). Laut Erikson entwickelt sich das Selbst anhand von acht psychosozialen Krisen über den Verlauf des Lebens hinweg. Diese Krisen sind an spezifische Altersabschnitte gebunden und müssen vom Individuum bewältigt bzw. gelöst werden (s. Tabelle 1). Zu beachten ist hierbei, dass diese Krisen aufeinander aufbauend bewältigt werden müssen, sodass die Lösung einer Krise die Bearbeitung der nachfolgenden beeinflusst:

Jede Stufe enthält spezifische Risiken und Vulnerabilitäten, aber auch spezifische Chancen oder Potenziale. Als Ergebnis jeder gelösten Krise erlangt das Individuum eine neue „Ich-Qualität“. Wird eine Krise hingegen unglücklich gelöst, besteht die Gefahr, dass auch nachfolgende Konflikte nicht angemessen gelöst werden und die Person sich nur bedingt oder gar nicht in die Gesellschaft einfügen kann. (Hannover & Greve, 2012, S. 547)

Nr.	Lebensphase	Psychosoziale Krise
1	im 1. Lebensjahr	(Ur-) Vertrauen vs. (Ur-) Misstrauen
2	2. und 3. Lebensjahr	Autonomie vs. Scham / Selbstzweifel
3	4. und 5. Lebensjahr	Initiative vs. Schuldgefühle
4	bis zur Pubertät	Wertsinn vs. Minderwertigkeitsgefühl
5	Adoleszenz	Identität vs. Rollendiffusion
6	Beginn Erwachsenenalter	Intimität vs. Isolation
7	mittleres Erwachsenenalter	Generativität vs. Stagnation
8	spätes Erwachsenenalter	Ego-Integrität vs. Verzweiflung

Tabelle 1: Entwicklungsphasen nach Erikson (angelehnt an Lohaus & Vierhaus, 2013, S. 12).

Das Jugendalter stellt innerhalb dieser acht Phasen eine der wichtigsten dar, da das Thema dieser psychosozialen Krise das Finden der eigenen Identität darstellt. Das bedeutet, dass dieser Entwicklungsabschnitt Jugendliche vor die Herausforderung stellt, ein Selbstkonzept um die Eckpunkte Geschlecht, (familiäre) Herkunft, Fähigkeiten und Kompetenzen, Werte und Moral, Bildung, Zukunftsentwürfe etc. zu konstruieren. Ist es nicht möglich, diese Aufgabe erfolgreich zu bewältigen, kommt es zu einer Krise:

„Versagt der jugendliche Mensch bei dieser Aufgabe, führt dies zu einer Rolendiffusion, die durch Unverträglichkeiten und Unausgewogenheiten zwischen Haltungen und Werten, zwischen Aspirationen und Möglichkeiten, durch Instabilität von Zielen, gelegentlich zu ideologischer Einseitigkeit, häufiger zu oberflächlichen und unstabilen Engagements und nicht selten zu abweichendem Verhalten wie Drogengebrauch und Delinquenz führt.“ (Montada, Lindenberger & Schneider, 2012, S. 53)

„Fehl-Entwicklungen“ des Jugendalters wie Delinquenz oder Drogenmissbrauch werden unter Punkt 7 ausführlicher beleuchtet.

James Marcia (1980) unterscheidet auf Erikson aufbauend vier Identitätsstadien, die sich danach richten, ob sich die jugendliche Person in einer Krise befindet und eine Identitätserkundung (exploration) und/oder eine Identitätsbindung (commitment) stattfinden. Oerter und Dreher (2008) beschreiben diese Kriterien näher:

Krise beinhaltet das Ausmaß an Unsicherheit, Beunruhigung oder auch Rebellion, das mit der Auseinandersetzung verbunden ist. Verpflichtung kennzeichnet den Umfang des Engagements und der Bindung in dem betreffenden Lebensbereich, und Exploration erfasst das Ausmaß an Erkundung des in Frage stehenden Lebensbereiches mit dem Ziele einer besseren Orientierung und Entscheidungsfindung. (2008, S. 305)

Gibt es keine innere Bindung an eine Identität und es findet auch keine aktive Erkundung statt, befindet sich der jugendliche Mensch im Status der diffusen Identität (diffusion) und hat keine zuverlässigen Antworten auf die Frage „Wer bin ich?“. Übernimmt das Individuum Werte und Vorstellungen von Bezugs- oder Autoritätspersonen wie den Eltern, ohne diese zu prüfen oder selbst eigene Identitätsziele zu erkunden, befindet es sich im Status der übernommenen Identität (foreclosure). Der Identitätsstatus der kritischen Identität (moratorium) ist dadurch gekennzeichnet, dass im Verlauf einer Krise zwar eine aktive Erkundung stattfindet, aber es noch keine Festlegung auf einen Identitätsentwurf gibt, diese Entwürfe werden vielmehr noch gegeneinander abgewogen. Findet am Ende einer Krise durch aktive Bemühung die Bindung an eine Identität auf eine Weise statt, in der weiterhin eine prinzipielle Offenheit für Erkundung besteht, so spricht man von einer erarbeiteten Identität (achievement). Diese vier Stadien der Identität bauen nicht wie in Eriksons Phasentheorie aufeinander auf und sind auch nicht auf ein Alter innerhalb der Adoleszenz beschränkt, sondern es ist sowohl der Wechsel von einem niedrigen Identitätsstatus wie der diffusion in einen höheren Status wie der achievement identity und vice versa möglich (Fend, 2005; Fimpler & Hannen, 2016; Hannover & Greve, 2012; Lohaus & Vierhaus, 2013; Marcia, 1980; Oerter & Dreher, 2008; Silbereisen & Weichold, 2012). In Bezug auf diese Wechsel belegte Marcia gemeinsam mit Waterman, Matteson, Archer und Orlofski (1993), dass die erarbeitete Identität

den stabilsten Status darstellt, wobei die Identitätsfindung nicht irreversibel ist. Silbereisen und Weichold (2012) fassen die empirische Befundlage zu Marcias Identitätsstadien wie folgt zusammen:

Weiterhin konnte gezeigt werden, dass bis zu Alter von 19 Jahren der Anteil der Jugendlichen im Moratorium ansteigt und danach abfällt und dass ein großer Anteil auch im Erwachsenenalter keine erarbeitete Identität aufweist. Weiterhin unterscheidet sich die Prävalenz der Stadien im Jugendalter je nach Bildungshintergrund. (S. 253)

So weisen Studierende häufiger eine kritische oder erarbeitete Identität, Jugendliche, die bereits einen Beruf ergriffen haben, eher eine übernommene Identität und arbeitslose Jugendliche eher eine diffuse Identität auf (Silbereisen & Weichold, 2012).

Zusammenfassend lassen sich mit Erikson und Marcia folgende Rahmenpunkte abstecken, anhand derer sich die Adoleszenz beschreiben lässt. Die Adoleszenz ist die zentrale Phase, in der sich junge Menschen mit ihrer Identität auseinandersetzen bzw. auseinandersetzen müssen. Für Erikson findet der Beginn der Adoleszenz mit Einsetzen der Pubertät statt. Die erfolgreiche Lösung der Identitätskrise stellt nicht das Ende der Adoleszenz und somit den Übergang ins Erwachsenenalter dar, vielmehr hat einerseits die Qualität der Lösungen der vorherigen Krisen aus der Kindheit einen Einfluss auf die adoleszente Identitätsentwicklung. Andererseits hat die Bewältigung der jugendlichen Identitätskrise einen Einfluss auf die Lösung der nachfolgenden Krise, die im frühen Erwachsenenalter stattfindet. Auch hier lässt sich eher von fließenden Übergängen sprechen als von strikten Altersgrenzen.

Mit Marcia lässt sich kein normativer Verlauf der Identitätsstadien und somit kein festgelegtes Alter für den jeweiligen Status ausmachen. Die Adoleszenz endet daher nicht mit dem Erreichen einer erarbeiteten Identität, da wie die Forschung zeigt, selbst viele als erwachsen geltende Menschen keine erarbeitete Identität aufweisen. Vielmehr sagt der Identitätsstatus etwas über Bildungsgrad sowie Lebenslage und somit Themen aus, mit denen sich Jugendliche auseinandersetzen müssen. Allgemein kann die Adoleszenz also als Rahmen beschrieben werden, in dem eine aktive Suche nach Identität und Selbstbildern sowie eine Auseinandersetzung mit der eigenen Person, der Ursprungsfamilie sowie Werten und Zielen stattfindet.

Über die genauen Inhalte, mit denen sich Jugendliche auseinandersetzen müssen und auf welche Weise sie dies tun, geben Modelle des Selbstkonzepts und der selbstbezogenen Informationsverarbeitung Aufschluss.

6.5 Selbstkonzeptentwicklung: Was weiß ich über mich?

Shavelson, Hubner und Stanton (1976) stellten ein hierarchisch organisiertes und multidimensionales Modell des Selbstkonzepts auf, das die strukturierte Organisation des Wissens über sich selbst und die eigenen Fähigkeiten sehr eingängig erläutert. Dieses Modell trägt dem Umstand Rechnung, dass „Menschen [...] ihre Fähigkeiten und Charakteristika in verschiedenen Domänen sehr unterschiedlich [bewerten]“ (Trautwein, Köller & Baumert, 2004, S. 16). So wird nachvollziehbar, wie aus Bewertungen verschiedener Verhaltensweisen und Fähigkeiten so etwas wie ein „generelles Selbst“ zustande kommt.

Dieses generelle Selbst steht auf der höchsten Hierarchieebene und gliedert sich in ein akademisches und nicht-akademisches Selbst auf. Letzteres lässt sich weiter in ein soziales, ein emotionales und ein physisches Selbstkonzept differenzieren. Darunter liegen Unterbereiche, die diese differenzierten Selbstkonzepte beeinflussen. So spielen beispielsweise für das soziale Selbst Freunde (Peers) und andere Bezugspersonen (Significant Others) eine Rolle. Auf der untersten Ebene steht die Bewertung des eigenen Verhaltens in spezifischen Situationen, deren Interpretation auf der soeben geschilderten mittleren Ebene Eingang findet. Die Rückschlüsse aus der mittleren Ebene fließen wiederum in die nächst höhere Ebene ein. An diesem Aufbau wird ersichtlich, wie alltägliche Informationen über das Selbst im Selbstkonzept strukturiert werden. Ebenso wird dadurch nachvollziehbar, dass die Stabilität des Selbstkonzepts mit jeder Hierarchiestufe zunimmt. Eine grafische Darstellung der Organisation des Selbstkonzepts findet sich in Englisch bei Shavelson et al. (1976) oder auf Deutsch bei Lohaus und Vierhaus (2013).

Spätere Studien zeigten auf, dass sich das akademische (im Jugendalter schulbezogene) Selbstkonzept zunächst in das mathematische und das sprachliche Selbstkonzept gliedert, bevor verschiedene fachspezifische Fähigkeitskonzepte (Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte, etc.) folgen. Für die Schule spielen vor allem Vergleiche als Quelle des Selbstwissens eine Rolle wie Aust, Watermann und Grube (2010) zusammenfassen:

Für den schulischen Kontext wird angenommen, dass neben dimensionalen Vergleichen (s. Möller & Köller, 2004) sowie Rückmeldungen signifikanter Anderer vor allem soziale Vergleichsprozesse für die Genese von Fähigkeitsselbstkonzepten verantwortlich sind (Helmke, 1992; Wagner, 1999). Schüler vergleichen ihre eigenen Leistungen mit denen ihrer Mitschüler und integrieren die Ergebnisse dieser Vergleiche in ihr Bild über ihre eigenen schulischen Fähigkeiten. (Aust et al., 2010, S. 96)

Dieser Zusammenhang führt weiter zu der Frage, wie Informationen über das Selbst aufgenommen und verarbeitet werden, sodass sie in das Selbstkonzept integriert werden können. Hierzu liefert Filipp (1984a) das Modell der selbstbezogenen Informationsverarbeitung. Dieses Modell nennt fünf Quellen, aus denen Wissen über das Selbst bezogen wird: direkte Prädikatenzuweisungen aus den verbalen Aussagen anderer Personen, indirekte Prädikatenzuweisungen, die aus dem Verhalten anderer Personen interpretiert werden, aus dem Vergleich mit anderen stammende komparative Prädikatenselbstzuweisungen, reflexive Prädikatenselbstzuweisungen, die zunehmend ab der Jugend durch Selbstbeobachtung und -reflexion gewonnen werden, sowie ideationale Prädikatenzuweisungen, die vergangene, aktuelle und künftige ideale Selbstbilder miteinander beziehen (Filipp, 1984b; Greve, 2000; Lohaus & Vierhaus, 2013). Jüngere Studien konnten die hierarchische Organisation des Selbst bestätigen (z. B. Tarlow Friedman & Haaga, 2007).

Die Informationen aus diesen Quellen werden in einem vierstufigen Verfahren verarbeitet, in denen zunächst selbstbezogene Informationen diskriminiert (Phase 1), danach diese Informationen enkodiert (Phase 2), anschließend gespeichert (Phase 3) und schließlich abgerufen werden (Phase 4). Eine übersichtliche Zusammenfassung zum Verarbeitungsprozess liefern Lohaus und Vierhaus (2013, S. 174–175).

Die vorangegangenen Ausführungen helfen dabei, das Selbst nun weiter zu spezifizieren und differenzieren. Wie Filipp (1984a) darlegt, werden selbstbezogene Informationen nicht willkürlich aufgenommen, sondern einem speziellen Prozess folgend verarbeitet. Darüber hinaus belegen Shavelson et al. (1976), dass das Selbst nicht einfach der Sammlung allen Wissens über sich selbst und die eigenen Fähigkeiten entspricht, sondern in einer strukturierten, hierarchischen und multidimensionalen Form organisiert ist. Daher werden nicht alle Informationen mit der gleichen Wertigkeit behandelt, sondern in domänenspezifischen Bezugsrahmen und Fähigkeitskonzepten bewertet. Dies hat auch eine Auswirkung auf Stabilisierungs- und Veränderungsprozesse in der Jugend, da das generelle Selbstkonzept in der Regel nicht durch eine einzelne Erfahrung geändert wird. Vielmehr findet in der Jugend eine Ausdifferenzierung des Selbstkonzepts statt, wie sich allein an der größeren Verfügbarkeit von Quellen für selbstbezogene Informationen zeigt (reflexive und ideationale Prädikatenselbstzuweisungen sind aufgrund der kognitiven psychosozialen Entwicklung erst in der Jugend verfügbar).

Welche Veränderungen des Selbst in der Jugend stattfinden und in welchen Bereichen diese auftreten, zeigt nachfolgend eine Auswahl von Forschungsergebnissen.

6.6 Wie entwickelt sich das Selbst im Jugendalter und welchen Einflüssen unterliegt diese Entwicklung? Forschungsergebnisse

Die Selbstkonzeptforschung hat verschiedenste mit dem Selbst in Verbindung stehende Faktoren wie den Selbstwert, die Selbstwirksamkeit und -erwartung, stabilisierende und immunisierende Faktoren sowie unterschiedlichste Einflüsse wie die Beziehung zur Familie oder das Internet als Ort der Identitätsentwicklung und Selbsterprobung untersucht. Nachfolgend werden einige Forschungsergebnisse zu ausgewählten Themen und Bereichen dargestellt, um einen roten Faden zum Thema Fehlentwicklung und Delinquenz zu knüpfen. Dementsprechend kann diese Darstellung von Forschungsergebnissen in keinster Weise einen Anspruch auf Vollständigkeit erheben.

6.6.1 Kognitive Veränderungen

Unter Betrachtung der kognitiven Veränderungen, die das Selbst betreffen, werden die Entwicklungsschritte vom Kind zum Adoleszenten in besonderem Maße sichtbar. Im Allgemeinen zeichnet sich das Jugendalter durch eine „erhöhte Selbstaufmerksamkeit und ein hohes Ausmaß an Selbstreflexion“ (Lohaus & Vierhaus, 2013, S. 178) aus. Daraus ergeben sich Veränderungen in der Selbstbeschreibung im Vergleich zur Kindheit. Zunächst sind Jugendliche eher im Stande, sich selbst abstrakter und anhand von psychischen Begriffen zu beschreiben, d. h. sie können abstraktere mentale Eigenschaften, Überzeugungen und Wünsche formulieren. Kinder hingegen beschreiben sich eher situativ anhand ihres Verhaltens (Harter, 1990; Montemayor & Eisen, 1977). Eine differenziertere Darstellung ist dem Kapitel Kindheit dieses Buches zu entnehmen. Hinzu kommt, dass Jugendliche diese Selbstbeschreibung anhand ihrer eigenen Urteilsfähigkeit bewerten und systematisch begründen können (Rosenberg, 1986). Darüber hinaus differenziert sich das Selbstkonzept von Jugendlichen durch die Unterscheidung von realen und idealen, authentischen und unauthentischen, vergangenen und künftigen Selbst (Harter, 1990; Harter & Monsour, 1992; Harter, Bresnick, Bouchey & Whitesell, 1997; Lohaus & Vierhaus, 2013; Pinquart & Silbereisen, 2000; Secord & Peevers, 1974). Diese abstrakteren Selbstbeschreibungen sind zum Teil widersprüchlich, die Widersprüche werden nun in Jugend mehr und mehr erkannt. Durch Kontextualisierung dieser widersprüchlichen Selbstbilder erlangen Jugendliche die Fähigkeit, unterschiedliche soziale Rollen einzunehmen und somit diese Widersprüche zu integrieren. So trägt die Kontextualisierung zur Organisiertheit der diffe-

renzierten Selbstbilder innerhalb des Selbstkonzeptes bei (Allik, Laidra, Realo & Pullmann, 2004; Fischer & Lamborn, 1989; Harter & Monsour, 1992; Lohaus & Vierhaus, 2013; Piquart & Silbereisen, 2000). Zusammengefasst ermöglichen die „durch abstrakte und formale Denkopoperationen entwickelten komplexen mentalen Repräsentationen und begrifflichen Strukturen [...] nun eine kognitiv, affektiv und motivational differenzierte, dabei auch sozial relativierte Identität“ (Hannover & Greve, 2012, S. 555).

6.6.2 Pubertät, körperliche Veränderungen und Körperselbstkonzept

Wie bereits erwähnt, läutet die Pubertät in der Jugend eine Reihe zum Teil drastischer körperlicher Veränderungen ein: die Körpergröße und das Gewicht ändern sich, Organe wachsen, die sekundären und primären Geschlechtsmerkmale entwickeln sich (weiter) (Silbereisen & Weichold, 2012). Diese körperlichen Veränderungen führen dazu, dass Jugendliche nicht mehr als Kinder angesehen werden, vielmehr nähern sie sich äußerlich Erwachsenen an und verlassen so die Kinderrolle (Stattin & Magnusson, 1990). Das physische Selbstkonzept, das Körperselbstkonzept gewinnt an Bedeutung und mit diesem weitere Teilbereiche wie sportliche Kompetenz, physische Attraktivität, körperliche Fitness und physische Kraft (Lohaus & Vierhaus, 2013). Hagger, Biddle und Wang (2005) identifizierten diese vier Teilbereiche sowohl bei Mädchen als auch bei Jungen, wobei die Jungen durchweg in allen vier Bereichen positivere Selbstberichte lieferten als Mädchen. Burmann (2004) untersuchte den Einfluss von sportlicher Aktivität auf die Entwicklung des Selbstkonzepts und konnte nachweisen, dass sportlich aktive Jugendliche sich auch vier Jahre nach der Erstbefragung wirklich sportlich fitter und kompetenter wahrnehmen und über weniger Figurprobleme berichten als weniger sportlich aktive Jugendliche. Außerdem scheinen Mitgliedschaften in Sportvereinen als soziale Rahmung der sportlichen Aktivität einen positiven Einfluss auf die Beziehung zu Gleichaltrigen zu haben. Dies ist insofern interessant, da die Beziehung zu Peers in der Jugend einen hohen Stellenwert einnimmt.

6.6.3 Beziehung zu Peers

Steinberg (1999) fragte Jugendliche, welche Menschen ihnen am wichtigsten sind. Die Hälfte der Jugendlichen nannte als wichtigste Bezugsgruppe die Gleichaltrigen, die Peers. Dabei ist das Gefühl, zu einer (sozialen) Gruppe zu gehören von zentraler Bedeutung, denn durch diese können innere Einstellungen nach außen hin sichtbar gemacht werden:

„Dadurch, dass der Jugendliche sich als Mitglied der entsprechenden Gruppen kategorisiert [...], eignet er sich die sozialen Bedeutungen an, die diese Gruppen in einer Kultur (z. B. in der Gruppe der Peers) [...] haben" (Hannover & Greve, 2012, S. 555).

Beziehungen zu Peers spielen auch in Bezug auf den Selbstwert eine Rolle. Jugendliche in engen Freundschaften haben einen höheren Selbstwert als Jugendliche ohne Freundschaften oder Jugendliche, die durch Peers zurückgewiesen werden. Ausschlaggebend ist allerdings nicht die Zahl der Freundschaften, sondern die Qualität und Stabilität der Freundschaften (Deković & Meeus, 1997; Keefe & Berndt, 1996; Savin-Williams & Berndt, 1993). Dementsprechend sind der „Ausschluss von Peerbeziehungen und negative Bewertungen durch Gleichaltrige [...] ein wichtiger Risikofaktor für einen geringen Selbstwert im Jugendalter" (Pinquart & Silbereisen, 2000, S. 85). Gründe für die Zurückweisung durch Peers können sowohl körperliche oder soziale Merkmale als auch Persönlichkeitsmerkmale sein. Auch im schulischen Kontext spielt die Meinung der Peers eine Rolle. Kessels, Warner, Holle und Hannover (2008) untersuchten positive Leistungsrückmeldungen in der Schule und belegten, dass diese eine Bedrohung für Aspekte des Selbstkonzepts darstellten, wenn sie in Anwesenheit eines Peers geäußert wurden. Als Reaktion darauf wiesen die Jugendlichen dieses Lob zurück und schmäleren ihr schulisches Engagement. Hieran zeigt sich, dass neben den Peers auch die Schule eine wichtige Quelle für selbstbezogene Informationen ist, vor allem für das akademische Selbstkonzept.

6.6.4 Selbstentwicklung und Schule

Des Weiteren untersuchten Kessels et al. (2008) in der oben genannten Studie, wie Mädchen und Jungen auf das Feedback reagieren, eine Begabung für Physik zu haben. Während Jungen sich danach nachweislich mehr mit Physik und damit in Verbindung stehenden Themen beschäftigten, wiesen Mädchen dieses Feedback zurück und beschäftigten sich mehr mit weiblich konnotierten Themen. Dieses Verhalten scheint mit Fach-Prototypen zusammenzuhängen. Jugendliche gleichen ihr eigenes Selbstkonzept mit dem Bild, das sie von einer Person, die ein bestimmtes Schulfach mag, dem sogenannten Fach-Prototyp, ab. Hannover und Kessels (2004) konnten belegen, dass Jugendliche nachweislich die Fächer mehr mögen, deren Fach-Prototypen ihrer eigenen Selbstbeschreibung am meisten ähneln.

Aber auch das generelle Selbstkonzept kann vom Übergang in eine neue Schule oder der jeweiligen Schulform beeinflusst werden. Aust, Waterman und Grube (2010) untersuchten den Übergang in die Gesamtschule und das Gymnasium. Das Selbstkonzept von SchülerInnen auf dem Gymna-

sium nahm stärker ab als bei den SchülerInnen, die auf die Gesamtschule gewechselt waren. Dabei ist jedoch zu beachten, dass „sich die Schüler [Innerhalb der Schulen] signifikant in ihren Ausgangswerten, den Zuwachsraten sowie in der Beschleunigung bzw. Hemmung der individuellen Selbstkonzeptentwicklung [unterschieden], was auf Unterschiede in den Entwicklungsverläufen innerhalb der Schulen hindeutet“ (Aust et al., 2010, S. 106). Zudem hatten zu Beginn des Übergangs in die höhere Schule SchülerInnen mit einer starken Lernzielorientierung ein positiveres Selbstkonzept als SchülerInnen mit einer niedrigeren Lernzielorientierung. Hier zeigt sich, dass sowohl individuelle als auch externe Faktoren in Bezug auf die Veränderung des Selbstkonzepts eine Rolle spielen. In diesem Zusammenhang ist der „Big-Fish-Little-Pond“-Effekt (Marsh, 2005a, 2005b) aufschlussreich. Dieser Effekt beschreibt den Umstand, dass in gleichem Maß begabte SchülerInnen unterschiedlich ausgeprägte akademische Selbstkonzepte aufweisen, je nachdem wie das Leistungsniveau des schulischen Umfelds (KlassenkameradInnen, schulischer Durchschnitt) ausfällt. Ist dieses Leistungsniveau hoch, ist das akademische Selbstkonzept niedriger, wohingegen es positiver ist, wenn das Leistungsniveau des Umfelds niedriger ist.

Auch der Einfluss schulischen Problemverhaltens auf das Selbstkonzept wurde untersucht. Trautwein, Köller und Baumert (2004) deckten auf, dass Unterrichtsstörungen eine positive Auswirkung auf die Selbstkonzepte sozialer Anerkennung und Durchsetzungsfähigkeit der Störenden haben. Wenn störende SchülerInnen Gewalt an, so beeinflusst dies das Selbstkonzept der eigenen Durchsetzungsfähigkeit positiv, vor allem bei Jugendlichen, die zunächst einen niedrigeren Ausgangswert im Selbstkonzept aufwiesen.

Aber nicht nur schulisches Problemverhalten kann ein Ausdruck der Auseinandersetzung mit dem Selbst in der Adoleszenz sein: auch delinquentes Verhalten als eine besondere Form von Problemverhalten kann auftreten.

6.7 Fehl-Entwicklung des Selbst?

Beispiel Jugenddelinquenz

Wie bereits bei der Betrachtung der Identitätskrise der Adoleszenz nach Erikson angedeutet stellt sich die Frage, ob auch eine „Fehl-Entwicklung“ durch die nicht ausreichende Bearbeitung der Identitätskrise auftreten kann. Um das Zitat von Montada, Lindenberger und Schneider (2012) noch einmal aufzugreifen, führt eine Rollendiffusion nach Erikson „nicht selten zu abweichendem Verhalten wie Drogengebrauch und Delinquenz“ (S. 53). Vorweg ist zunächst einzuwenden, dass Probleme in der Entwicklung des Selbst meist zeitlich begrenzt sind und zudem nur wenige Jugendliche

aufgrund von Entwicklungsschwierigkeiten psychische Probleme wie Depressionen oder Problemverhalten hervorbringen (Pinquart & Silbereisen, 2000). Zu Problemverhaltensweisen kann erhöhte Unfallanfälligkeit, gesteigertes Suizidrisiko, Drogenkonsum, Devianz, Delinquenz und Gewalt gezählt werden (Scheithauer, Hayer & Niebank, 2008). Es gibt eine Perspektive, nach der Problemverhalten wie Delinquenz nicht das Ergebnis einer reinen, nicht wieder revidierbaren Fehlentwicklung im Jugendalter darstellt, sondern einen konstruktiven Beitrag zur Lösung der psychosozialen Krisen leisten soll (Fimpler & Hannen, 2016; Silbereisen & Kastner, 1985). In diesem Sinne nehmen Problemverhaltensweisen im Jugendalter „auch eine wichtige Funktion in der psychosozialen Entwicklung von Jugendlichen ein [...], indem sie Jugendliche darin unterstützen, wichtige Entwicklungsaufgaben zu lösen, etwa den Zugang zu Peers ermöglichen, Beziehungen zu Gleichaltrigen aufzubauen und deren Anerkennung zu erwerben“ (Scheithauer et al., 2008). Die Forschung hat die Peer-Group als einen wichtigen Bezugspunkt für Jugenddelinquenz bestätigt. So steht adoleszente Delinquenz im Zusammenhang mit einer höheren Selbstachtung, da Jugendliche für ihr abweichendes Verhalten Anerkennung durch ihre Peers erhalten (Rosenberg, Schooler & Schoenbach, 1989). Der Selbstwert wird vor allem bei Jugendlichen gesteigert, die sonst wenig Zugang zu Quellen für einen positiven Selbstwert haben (Bynner, O'Malley & Bachman, 1981). Darüber hinaus kann delinquentes Verhalten auch dazu beitragen, ein angegriffenes Selbstwertgefühl zu schützen (Greve & Wilmers, 2003). Gleichzeitig kann ein zu hohes Selbstwertgefühl ausschlaggebend sein, dass Jugendliche bei Zurückweisung aggressiv und gewalttätig reagieren (Baumeister, Smart & Boden, 1996). Seiffge-Krenke, Roth und von Irmer (2006) konnten belegen, dass Peergroups einen ähnlichen Einfluss auf das Auftreten von delinquentem Verhalten haben wie das elterliche Erziehungsverhalten. Im Fall von jugendlichen Intensivtätern können die Peers sogar das negative Erziehungsverhalten der Eltern verstärken. Der Umgang mit delinquenten Peers kann bei Jugendlichen eigenes delinquentes Verhalten fördern. Ein gutes Verhältnis zu den Eltern kann jedoch den Einfluss dieser delinquenten Peergroup ausgleichen (Steinberg, Dahl, Keating, Kupfer & Masten, 2006).

Nicht jeder Jugendliche, der in seiner Adoleszenz delinquentes Verhalten zeigt, muss zwangsweise sein Leben lang immer wieder straffällig werden. Moffit (1993) geht davon aus, dass Jugenddelinquenz – sofern keine Störung aus der Kindheit vorliegt – eine Form von Verhalten darstellt, durch die Jugendliche versuchen, Zugang zu den Privilegien der Erwachsenen zu erhalten. Verdeutlicht wird dies durch die Tatsache, dass ein sehr hoher Anteil von Jugendlichen in der Adoleszenz mindestens eine Handlung vollzieht, die gegen das Gesetz verstößt und strafrechtlich sanktioniert werden könnte (Bliesener, 2014). Brettfeld, Enzmann, Trunk und Wetzels

(2005) befragten Jugendliche, ob sie schon einmal eine Straftat begangen haben. Dabei gaben 86,8% der Jugendlichen an, mindestens ein Delikt aus einer Gruppe von sechs Delikten begangen zu haben. Bei Jugendkriminalität handelt es sich jedoch in der Regel um Bagatelverbrechen, da schwere Verbrechen eher eine Ausnahme sind (Greve, 2003). Nicht alle von diesen Jugendlichen bleiben auch im Erwachsenenalter kriminell. Diesem Umstand geschuldet differenzierte Moffitt (1993) zwei Typen von jugendlichem Problemverhalten: das auf das Jugendalter begrenzte Adolescent Limited Antisocial Behavior (AL) und das langfristige Life Course Persistent Antisocial Behavior (LCP). Die Zahl der jugendlichen Delinquenten, bei denen das Problemverhalten nur über den Zeitraum der Adoleszenz besteht, ist deutlich größer als die Gruppe der Intensivtäter, welche im Laufe ihres Lebens immer wieder straffällig werden (Steketee, Junger & Junger-Tas, 2012). Die Perspektive, dass Delinquenz ebenfalls einen Lösungsversuch der Identitätskrise darstellt, könnte erklären, warum das Problemverhalten der Gruppe der AL in oder zum Ende der Adoleszenz abbricht. Am Beispiel der Jugenddelinquenz zeigt sich, dass sogar Problemverhalten wie Delinquenz den Zugang zu bestimmten Peergruppen öffnen kann. Die Zugehörigkeit zu dieser Gruppe und die Anerkennung dieser Gruppe können einen Beitrag zum Selbstkonzept und zur Erhöhung des Selbstwerts leisten. Mit Erikson gesprochen könnte die Bewältigung der Rollendiffusion hin zum Finden einer Identität der ausschlaggebende Punkt für das Ende des delinquenten Verhaltens sein. Mit Marcia gesprochen, wäre dies das Verlassen eines diffusen Identitätsstatus. Die Untersuchung der Selbstkonzepte und Identitätsstadien von delinquenten Jugendlichen und nicht mehr delinquenten Erwachsenen könnte hier interessante Ergebnisse liefern.

6.8 Fazit

Mit Blick auf die vorangegangenen Ausführungen zu Theorien und Modellen des Identitäts- und Selbstentwicklung zeigt sich nach wie vor, dass sowohl das Jugendalter als auch das Selbst komplexe Begriffe im Feld verschiedener Forschungsdisziplinen darstellen.

Einerseits lässt sich feststellen, dass die Adoleszenz einen wichtigen Zeitraum beschreibt, in dem sich Jugendliche mit der Identitäts- und Selbstfindung auseinandersetzen müssen. Andererseits zeigen Untersuchungen bezüglich zeitlicher Verschiebungen der Jugend, dass das Altern kein stabiler Indikator für die Definition der Adoleszenz sein kann.

Allerdings lässt sich die Adoleszenz auch nicht allein über die das Selbst betreffenden Veränderungsprozesse definieren. Mit Erikson (1966, 1974, 1988) gesprochen ist die erfolgreiche Bewältigung einer Identitätskrise, die er in der Jugend verortet, nicht die Markierung, die den Übergang ins Er-

wachsenenalter darstellt. Vielmehr zeigen sich hier fließende Übergänge zwischen den Altersabschnitten, da die Qualität der Lösung der einzelnen psychosozialen Krisen immer einen Einfluss auf die Lösung der nachfolgenden Krisen hat. So kann eine ungelöste Identitätskrise nicht nur Ausgangspunkt für eine Fehlentwicklung im Jugendalter sein, sondern auch spätere Krisen des Erwachsenenalters maßgeblich beeinflussen.

Marcias (1980) Modell der Identitätsstadien verdeutlicht, dass sich kein zeitlicher Punkt finden lässt, in der die Identitätsfindung abgeschlossen wäre. Zwar sind die Identitätsstadien nach Marcia hierarchisch strukturiert, folgen jedoch keinem normativen Verlauf. Das Erreichen einer erarbeiteten Identität, die Marcia als das höchste Stadium ansieht, läutet wie bereits dargelegt nicht den Übergang ins Erwachsenenalter ein. Die prinzipielle Offenheit dieses Stadiums gegenüber weiterer Exploration ist eher ein Hinweis darauf, dass die Identitätsfindung ein lebenslanger Prozess ist, der vor allem in der Jugend angestoßen wird.

Darüber hinaus zeigt sich mit dem Modell des Selbstkonzepts nach Shavelson et al. (1976), dass das Selbst nicht einfach eine Sammlung von Selbstbildern und Fähigkeiten ist, sondern hierarchisch und multidimensional organisiert ist. Wie Filipp (1984a) zeigt, werden Informationen über das Selbst nicht willkürlich, sondern systematisch verarbeitet. Sowohl der Prozess der selbstbezogenen Informationsverarbeitung als auch die Form der Organisation des Selbstwissens beeinflussen, wie und in welchem Maße Veränderungs- und Stabilisierungsprozesse des Selbst in der Jugend, aber auch später, möglich sind.

Am Beispiel der Jugenddelinquenz lässt sich weiter aufschlüsseln, dass auch eine aus schlecht gelösten Krisen entstammende Fehlentwicklung nicht irreversibel sein muss. Fehlverhalten wie Delinquenz kann sogar einen konstruktiven Beitrag zur Lösung einer psychosozialen Krise darstellen. Befragungen von Jugendlichen zeigen, dass Fehlverhalten wie auch Delinquenz vermehrt in der Jugend auftreten und damit scheinbar einen beschreibenden Eckpunkt der Adoleszenz darstellen können. Die Peer-group ist sowohl für die Entwicklung des Selbst als auch für das Auftreten von Jugenddelinquenz ein entscheidender Bezugspunkt. So kann Fehlverhalten sogar erst den Zugang zu bestimmten Peergroups ermöglichen und durch die Anerkennung der Peergroup die Selbstentwicklung beeinflussen. Darüber hinaus zeigt sich Jugenddelinquenz im Großteil der Fälle als passageres Phänomen. Dieser Zusammenhang lässt wieder auf die Perspektive verweisen, dass Fehlverhalten als Bewältigungsstrategie im Feld der Identitätssuche und Selbstentwicklung auftreten kann.

In Bezug auf die Ergebnisse von Studien im Feld der Selbstforschung bleibt zu erwähnen, dass diese Forschungsrichtung sich meist expliziter Maße zur Beschreibung von Identitätsaspekten bedient. Es stellt sich hier

also die Frage danach, was anhand dieser Ergebnisse über das Selbst und die Identität wirklich geschlussfolgert werden kann. In dem Kapitel Das implizite Selbst dieses Buches wird die Kontroverse diskutiert, inwiefern implizite und explizite Anteile des Selbst divergieren und inwiefern es sinnvoll ist, die beiden Maße voneinander getrennt zu betrachten.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass die Selbst- und Identitätsfindung zwar eine zentrale Entwicklungsaufgabe des Jugendalters darstellt, aber nicht auf diese Lebensphase begrenzt ist. Die Entwicklung und Stabilisierung des Selbst ist ein lebenslanger Prozess, der sich auch noch im hohen Erwachsenenalter fortsetzt und auch durch aktive Selbstverbesserungsstrategien und intentionale Selbstentwicklung weiterbearbeitet werden kann (Greve & Leipold, 2012).

6.9 Literaturverzeichnis

- Allik, J., Laidra, K., Realo, A. & Pullmann, H. (2004). Personality development from 12 to 18 years of age. Changes in mean levels and structure of traits. *European Journal of Personality*, 18 (6), 445-462. <https://doi.org/10.1002/per.524>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55 (5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Aust, K., Watermann, R. & Grube, D. (2010). Selbstkonzeptentwicklung und der Einfluss von Zielorientierungen nach dem Übergang in die weiterführende Schule. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 24 (2), 95-109. <https://doi.org/10.1024/1010-0652/a000008>
- Baumeister, R. F., Smart, L. & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression. The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103 (1), 5-33. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.1.5>
- Bliesener, T. (2014). Jugenddelinquenz. In T. Bliesener, F. Lösel & G. Köhnken (Hrsg.), *Lehrbuch der Rechtspsychologie* (S. 64-75). Bern: Huber.
- Brettfeld, K., Enzmann, D., Trunk, D. & Wetzels, P. (2005). Das Modellprojekt gegen Schulschwänzen (ProgeSs) in Niedersachsen: Ergebnisse der Evaluation. Verfügbar unter <https://www.lka.polizei-nds.de/download/67/Schulschwaenzerprojekt.pdf>
- Burrmann, U. (2004). Effekte des Sporttreibens auf die Entwicklung des Selbstkonzepts Jugendlicher. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 11 (2), 71-82. <https://doi.org/10.1026/1612-5010.11.2.71>
- Bynner, J. M., O'Malley, P. M. & Bachman, J. G. (1981). Self-esteem and delinquency revisited. *Journal of youth and adolescence*, 10 (6), 407-441. <https://doi.org/10.1007/BF02087937>
- Deković, M. & Meeus, W. (1997). Peer relations in adolescents. Effects of parenting and adolescents' self-concept. *Journal of adolescence*, 20 (2), 163-176.
- Erikson, E. H. (1966). *Identität und Lebenszyklus*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Erikson, E. H. (1974). *Jugend und Krise*. Frankfurt a. M.: Klett-Cotta.

- Erikson, E. H. (1988). *Der vollständige Lebenszyklus*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Fend, H. (2005). *Entwicklungspsychologie des Jugendalters* (Nachdr. der 3., durchges. Aufl. 2003). Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss.
- Ferchhoff, W. & Neubauer, G. (1997). *Patchwork-Jugend. Eine Einführung in post-moderne Sichtweisen*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-663-01231-3>
- Filipp, S. H. (1984a). Entwurf eines heuristischen Bezugsrahmens für Selbstkonzept-Forschung: Menschliche Informationsverarbeitung und naive Handlungstheorie. In S. H. Philipp (Hrsg.), *Selbstkonzept-Forschung: Probleme, Befunde, Perspektiven* (S. 129-170). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Filipp, S. H. (Hrsg.). (1984b). *Selbstkonzept-Forschung: Probleme, Befunde, Perspektiven*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Fimpler, T. & Hannen, P. (2016). *Kernaufgaben der Offenen Jugendarbeit*. Wiesbaden: Springer.
- Fischer, K. & Lamborn, R. (1989). Mechanisms of variation in developmental levels: Cognitive and emotional transitions during adolescence. In A. d. Ribapierre (Hrsg.), *Transition mechanisms in child development. The longitudinal perspective* (S. 31-61). Cambridge: Cambridge Univ. Pr.
- Greve, W. (2000). Psychologie des Selbst – Konturen eines Forschungsthemas. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 15-36). Weinheim: Beltz.
- Greve, W. (2003). Jugend im Gefängnis. Veränderungen während eine Haftstrafe im Jugendalter. In U. Lehmkuhl (Hrsg.), *Aggressives Verhalten bei Kindern und Jugendlichen. Ursachen, Prävention, Behandlung; mit 18 Tabellen* (S. 230-243). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Greve, W. & Wilmers, N. (2003). Schulgewalt und Selbstwertempfinden: Zum moderierenden Einfluss von Bewältigungsressourcen bei Tätern und Opfern. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 50 (4), 353-368.
- Greve, W. & Leipold, B. (2012). Problembewältigung und intentionale Selbstentwicklung. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7. vollständig überarbeitete Auflage, S. 563-578). Weinheim, Basel: Beltz.
- Hagger, M. S., Biddle, S. J. H. & John Wang, C. K. (2005). Physical Self-Concept in Adolescence. Generalizability of a Multidimensional, Hierarchical Model Across Gender and Grade. *Educational and Psychological Measurement*, 65 (2), 297-322. <https://doi.org/10.1177/0013164404272484>
- Hannover, B. & Greve, W. (2012). Selbst und Persönlichkeit. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7. vollständig überarbeitete Auflage, S. 543-561). Weinheim, Basel: Beltz.
- Hannover, B. & Kessels, U. (2004). Self-to-prototype matching as a strategy for making academic choices. Why high school students do not like math and science. *Learning and Instruction*, 14 (1), 51-67. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2003.10.002>
- Harter, S., Bresnick, S., Bouchey, H. A. & Whitesell, N. R. (1997). The development of multiple role-related selves during adolescence. *Development and psychopathology*, 9 (4), 835-853.
- Harter, S. (1990). Processes underlying adolescent self-concept formation. In R. Montemayor, G. R. Adams & T. P. Gullotta (Hrsg.), *Advances in adolescent*

- development. From childhood to adolescence: A transitional period? (S. 205-239). Newbury Park: Sage.
- Harter, S. & Monsour, A. (1992). Development analysis of conflict caused by opposing attributes in the adolescent self-portrait. *Developmental Psychology*, 28 (2), 251-260. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.2.251>
- Helmke, A. (1992). Selbstvertrauen und schulische Leistungen. Göttingen: Hogrefe.
- Keefe, K. & Berndt, T. J. (1996). Relations of Friendship Quality to Self-Esteem in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 16 (1), 110-129. <https://doi.org/10.1177/0272431696016001007>
- Kessels, U., Warner, L. M., Holle, J. & Hannover, B. (2008). Identitätsbedrohung durch positives schulisches Leistungsfeedback. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 40 (1), 22-31. <https://doi.org/10.1026/0049-8637.40.1.22>
- Lippuner, F. (2018). Das Biografiespiel. Strukturelle Kopplungen und Transferprozesse im Rahmen adoleszenter Computerspielnutzung. Wiesbaden: Springer.
- Lohaus, A. & Vierhaus, M. (2013). Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters für Bachelor. Lesen, Hören, Lernen im Web. (2. überarbeitete Auflage). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Hrsg.), *Handbook of adolescent psychology* (S. 159-187). New York: Wiley.
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L. & Orlofsky, J. L. (1993). Ego Identity. A Handbook for Psychosocial Research. New York, NY: Springer.
- Marsh, H. W. (2005a). Big-Fish-Little-Pond Effect on Academic Self-Concept. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 19 (3), 119-129. <https://doi.org/10.1024/1010-0652.19.3.119>
- Marsh, H. W. (2005b). Big-Fish-Little-Pond Effect on Academic Self-Concept. A Reply to Responses. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 19 (3), 141-144. <https://doi.org/10.1024/1010-0652.19.3.141>
- Moffitt, T. E. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behavior. A developmental taxonomy. *Psychological Review*, 100 (4), 674-701.
- Möller, J. & Köller, O. (2004). Die Genese akademischer Selbstkonzepte. *Psychologische Rundschau*, 55 (1), 19-27. <https://doi.org/10.1026/0033-3042.55.1.19>
- Montada, L., Lindenberger, U. & Schneider, W. (2012). Fragen, Konzepte, Perspektiven. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7. vollständig überarbeitete Auflage, S. 27-60). Weinheim, Basel: Beltz.
- Montemayor, R. & Eisen, M. (1977). The development of self-conceptions from childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 13 (4), 314-319. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.13.4.314>
- Oerter, R. & Dreher, E. (2008). Jugend. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (Lehrbuch, 6., vollst. überarb. Aufl., S. 271-331). Weinheim u.a.: Beltz PVU.
- Pinquart, M. & Silbereisen, R. K. (2000). Das Selbst im Jugendalter. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 75-95). Weinheim: Beltz.
- Rosenberg, M. (1986). Self-concept from middle childhood through adolescence. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 3, pp. 107-136). Orlando: Academic Press.

- Rosenberg, M., Schooler, C. & Schoenbach, C. (1989). Self-Esteem and Adolescent Problems. Modeling Reciprocal Effects. *American Sociological Review*, 54 (6), 1004. <https://doi.org/10.2307/2095720>
- Savin-Williams, R. C. & Berndt, T. J. (1993). Friendship and peer relations. In G. R. Elliott & S. S. Feldman (Hrsg.), *At the threshold. The developing adolescent* (S. 277-307). Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press.
- Scheithauer, H., Hayer, T. & Niebank, K. (2008). Problemverhaltensweisen und Risikoverhalten im Jugendalter – Ein Überblick. In H. Scheithauer (Hrsg.), *Problemverhalten und Gewalt im Jugendalter. Erscheinungsformen, Entstehungsbedingungen, Prävention und Intervention (Klinische Psychologie Kindes- u. Jugendalter, 1. Aufl., S. 11-34)*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schick, H. (2012). *Entwicklungspsychologie der Kindheit und Jugend. Ein Lehrbuch für die Lehrerbildung und schulische Praxis (1. Auflage)*. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Secord, P. F. & Peevers, B. H. (1974). The development and attribution of person concepts. In T. Mischel (Hrsg.), *Understanding other persons* (S. 117-142). Oxford: Blackwell.
- Seiffge-Krenke, I., Roth, M. & Irmer, J. von. (2006). Prädiktoren von lebenslanger Delinquenz. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 35 (3), 178-187. <https://doi.org/10.1026/1616-3443.35.3.178>
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. & Stanton, G. C. (1976). Self-Concept. Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46 (3), 407-441. <https://doi.org/10.3102/00346543046003407>
- Silbereisen, R. K. & Kastner P. (1985). *Jugend und Drogen: Entwicklung von Drogengebrauch – Drogengebrauch als Entwicklung?* In R. Oerter (Hrsg.), *Lebensbewältigung im Jugendalter (Ergebnisse der pädagogischen Psychologie, S. 192-219)*. Weinheim: Edition Psychologie.
- Silbereisen, R. K. & Weichold, K. (2012). *Jugend (12-19 Jahre)*. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie (7. vollständig überarbeitete Auflage, S. 235-258)*. Weinheim, Basel: Beltz.
- Stattin, H. & Magnusson, D. (1990). Pubertal maturation in female development (*Paths through life, vol. 2*). Hillsdale/N.J.: Erlbaum.
- Steinberg, L. (1999). *Adolescence (5th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Steinberg, L., Dahl, R., Keating, D., Kupfer, D. J., Masten (2006). The Study of Developmental Psychopathology in Adolescence: Integrating Affective Neuroscience with the Study of Context. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Hrsg.), *Developmental Psychopathology. Volume Two: Developmental Neuroscience (S. 710-741)*. Hoboken, NJ, USA: John Wiley & Sons.
- Stekete, M., Junger, M. & Junger-Tas, J. (2012). Sex Differences in the Predictors of Juvenile Delinquency. *Journal of Contemporary Criminal Justice*, 29 (1), 88-105. <https://doi.org/10.1177/1043986212470888>
- Tarlow Friedman, E. & Haaga, D. A.F. (2007). Using Hierarchical Classes to Analyze Organization of the Self-Concept. *European Journal of Psychological Assessment*, 23 (1), 9-14. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.1.9>

6. DAS SELBST IM JUGENDALTER

- Trautwein, U., Köller, O. & Baumert, J. (2004). Des einen Freud', der anderen Leid? Zeitschrift für Pädagogische Psychologie, 18 (1), 15-29. <https://doi.org/10.1024/1010-0652.18.1.15>
- Wagner, J. W. L. (1999). Soziale Vergleiche und Selbsteinschätzungen. Theorien, Befunde und schulische Anwendungsmöglichkeiten (Pädagogische Psychologie und Entwicklungspsychologie, Bd. 11). Münster: Waxmann.

7. Das Selbst im hohen Lebensalter

JAN-MARKUS FROMM, PETER JANIS KURLEMANN UND
ANIKA SCHAUSTEN

7.1 Einleitung – Der letzte Lebensabschnitt

Die Lebenserwartung der Menschen der westlichen Welt ist in den letzten Jahren stetig gestiegen (Riby, 2017). Damit sind nicht nur Veränderungen verbunden, die das öffentliche Leben, wie den Arbeitsmarkt (Myck, 2015) oder das Gesundheitswesen (Nowossadeck, 2012) angehen, sondern auch Aspekte, die die Menschen unmittelbar betreffen. Über das, was in den Menschen selbst passiert, wurden immer wieder allgemeine Theorien entworfen, denen zunächst gleich war, dass sie das Alter als eine Art Krankheit einstufen. Dieses Gleichnis sahen viele Theoretiker als nicht gerechtfertigt an. So fasste Simone de Beauvoir in ihrem Buch über das Alter zusammen: „Die Krankheit ist ein Zwischenfall; das Alter hingegen ein Gesetz des Lebens“ (Beauvoir, 1970/2015, S. 35). Mit der Etablierung der Gerontologie als Wissenschaft löste sich dieses pathologische Gleichnis; was aber blieb, war die Einsicht, dass auf das hohe Alter – als letztem Lebensabschnitt – der Tod folgt. Der Tod kann nicht umgangen werden. Somit liegt im hohen Alter eine Entwicklungsaufgabe vor den Menschen, die – anders als in vorherigen Lebensabschnitten – nicht ausgeklammert, aufgeschoben oder verdrängt werden kann. Es liegt nahe, dass Menschen, die sich am Ende ihres Lebens befinden, geneigt sind, eine Bilanz dessen zu ziehen, was ihnen im Verlauf ihrer Zeit auf dieser Welt geschehen ist. Wer bin ich geworden? Welchen Menschen bin ich begegnet? Welche Erfahrungen haben mich bereichert? Worauf hätte ich gerne verzichtet? Habe ich das erreicht, was ich wollte? Das Ergebnis der Abwägung dieser retrospektiven Faktoren kann unterschiedlich ausfallen. Die Retrospektion ist jedoch nur eine mögliche Perspektive, die Menschen am Ende ihres Lebens einnehmen können; so stellen sich auch Fragen nach dem, was noch vor dem Menschen liegt.

In ihrem Buchkapitel über das Selbst im hohen Alter stellte Alexandra M. Freund (2000) fest, dass die beiden wesentlichen Konstrukte, die durch altersbedingte Wandlungsprozesse eine wichtige Rolle spielen, die Selbstdefinition und die Selbstregulation sind. Freund thematisiert dabei im Wesentlichen die Perspektive der – klassischen – akademischen Psychologie.

In diesem Kapitel sollen Freunds Ausführungen durch neue empirische Befunde untermauert und ergänzt werden. Zudem wird mit den Theorien von Carl G. Jung, Erik H. und Joan M. Erikson sowie Lars Tornstam der Blickwinkel um Aspekte der Analytischen Psychologie erweitert, um die oben aufgeworfene Ausgangsfrage, wie die Bilanz am Ende eines Lebens ausfallen kann, umfangreich diskutieren zu können. Im Zusammenhang mit dem Selbst im hohen Lebensalter ist der eigene Tod ein bedeutsames Thema (siehe Abschnitt 7.5.2). Diesem in ausführlicher Weise gerecht zu werden, ist ein hoher Anspruch. Um aber die Bedeutsamkeit der Sterbephase in Hinblick auf das Selbst zu unterstreichen, findet sich am Ende dieses Kapitels ein Exkurs zum Thema Lebensende.

7.2 Selbstdefinition – Eine Definition, viele Perspektiven

Unter Selbstdefinition versteht Freund (2000), den „Inhalt des Selbst [...] also das Selbst als System von selbstbezogenen Überzeugungen“ (S. 115). Die Gesamtheit von Selbstdefinitionen oder auch -beurteilungen aus verschiedenen Bereichen fasst Mummendey (2006) als das Selbstkonzept zusammen, wobei die Art und Weise, wie der Mensch sich selbst wahrnimmt, über sich denkt und sich bewertet, genauso Einfluss nimmt, wie seine Erinnerungen über sich selbst. Darüber hinaus geht auch ein vorwärts gerichteter Blick – also Vorstellungen und Erwartungen sich selbst gegenüber – in die Selbstbeurteilung ein (Mummendey, 2006). Prägnant formuliert, ist das Selbstkonzept somit „die Gesamtheit (die Summe, das Ganze, der Inbegriff usw.) der Einstellungen zur eigenen Person“ (Mummendey, 2006, S. 38). Dies entspricht auch der Definition von James (1890), der diesen Teil des Selbst als *self as known* oder *Me* bezeichnete.

Diese Definition lässt noch ungeklärt, ob das Selbstkonzept eine in sich geschlossene Stabilität über verschiedene Situationen hinweg zeigt oder aber in einer Wechselwirkung zu Umwelt und Situation steht. Letzteres würde bedeuten, dass Personen – je nach Kontext – unterschiedliche Selbstkonzepte von sich haben und repräsentieren. Markus und Nurius (1986) greifen mit ihrem Konzept der *possible selves* die Vorstellung von mehreren kontextabhängigen Selbstkonzepten auf. Die Autoren gehen davon aus, dass Wissensstrukturen in Abhängigkeit von unterschiedlichen situativen Kontexten aktiviert werden und das Selbstkonzept einer Person bilden. Auch Freund (2000) argumentiert, dass *possible selves*, in Form von Szenarien einer möglichen Zukunft, relevant für das Selbstkonzept im hohen Alter sind (Cantor & Kihlstrom, 1987; Kornadt & Rothermund, 2012). Die-

se Punkte sprechen für eine dynamische Veränderung des Selbstkonzeptes über die Lebensspanne (Kling, Ryff & Essex, 1997).

7.2.1 Die Selbstdefinition im hohen Alter – Rückschau oder Ausblick?

Die Selbstdefinition älterer Menschen scheint sich inhaltlich vor allem aus zurückliegenden Ereignissen zu speisen (Dittmann-Kohli, 1995; Freund, 2000; Schryer & Ross, 2012). Nach Erikson (1950, 1982) geht mit dieser rückblickenden Betrachtung des eigenen Lebens auch die Bewältigung der psychosozialen Krise von Ego-Integrität vs. Verzweiflung einher. Eine erfolgreiche Bewältigung dieser Stufe kommt dann zustande, wenn das Individuum sein vergangenes Leben akzeptiert und sich damit abfindet, dass der eigene Tod nicht allzu weit entfernt ist. Zu Verzweiflung kommt es, wenn das Individuum sein gelebtes Leben bereut und so nicht hinnehmen kann (Erikson, 1963). Durch die Arbeiten von Joan M. Erikson wurde dem ursprünglichen Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung eine neunte und finale Stufe zugefügt. Das Stufenmodell von Erik H. Erikson wird im Kapitel Das Selbst im Jugendalter in diesem Buch näher vorgestellt. Joan Erikson zufolge, stehen Menschen ab ihrem späten achten und in ihrem neunten Lebensjahrzehnt vor neuen Herausforderungen, welchen die achte Stufe des Ursprungsmodells nicht gerecht wird (Erikson, 1997a).

Des Weiteren fokussieren Menschen höheren Alters in der Definition ihres Selbst vor allem auf gesundheitliche Aspekte und Merkmale, die die körperliche Unversehrtheit und die Lebensfreude betreffen (Steinhausen-Thiessen & Borchelt, 1996). Diese Feststellung deckt sich auch mit den von Havighurst (1963) für das hohe Alter vorgesehenen Entwicklungsaufgaben. Ab dem achten Lebensjahrzehnt treten körperliche Probleme auf, Unabhängigkeit und Kontrolle werden herausgefordert, Selbstwert und Zufriedenheit nehmen ab (Erikson 1997a; s. Kap. Selbstwert). Das Individuum erlebt in der neunten Phase des Erikson-Modells alle bereits durchlaufenen Phasen erneut. Dabei sind die Schwerpunkte der Krisen andersherum als in den acht Stufen zuvor; die erfolgreiche Bewältigung steht nun an zweiter und nicht an erster Stelle (z. B. Urmisstrauen vs. Urvertrauen, anstelle von Urvertrauen vs. Urmisstrauen).

Während die Verzweiflung der achten Stufe sich auf rückblickende Enttäuschung über ungelebte Aspekte des Lebens bezieht, sind es in der neunten Stufe alltägliche, stets präsente Verluste, die zu Verzweiflung führen können. Außerdem rückt, neben den Verlusten nahestehender Menschen, der eigene Tod näher (Erikson, 1997a).

Freund (2000) stellt aber fest, dass die vermehrte Auseinandersetzung mit gesundheitsbezogenen Themen nicht als Indikator für den Rückzug

älterer Menschen zum Lebensrückblick und Aussicht auf das baldige Ableben zu werten ist, wie es die Disengagement Theorie (Cumming & Henry, 1961) postuliert. Es liegt beispielsweise empirische Evidenz dafür vor, dass sich Menschen im hohen Alter auch kulturell weiterbilden (Staudinger, Freund, Linden & Maas, 1996) und so – gemäß der Aktivitätstheorie (Thomae, 1987) – neue Aktivitäten suchen.

7.2.2 Komplexität des Selbst im Alter

Aus den beiden Einflussfaktoren Stabilität und Veränderung, denen das Selbst unterliegt, speisen sich, so Freund (2000), die zwei Funktionen der Selbstdefinition: die handlungsleitende Funktion als „eine Art Interpretationsrahmen“ (S. 118) und die identitätsstiftende Funktion. Letztgenannte sei insbesondere dann von Bedeutung, wenn die Selbstdefinition – bspw. auf Grund von Veränderungen in der Umwelt – bedroht oder erschüttert werde. Diese identitäre Desorganisation habe dann einen unmittelbaren Einfluss auf die Wahrnehmung der Umwelt. Als Schutz vor dieser Erschütterung führt Freund (2000) zu einem das Modell von Brandstädter und Greve (1994) auf, wonach verschiedene Prozesse die bedrohliche Unstimmigkeit zwischen Selbst und Umwelt abmildern sollen (Greve, 2000).

Ein weiterer protektiver Faktor vor der Erschütterung des Selbst ist eine komplexe Selbstdefinition, also eine Selbstzuschreibung, die sich aus mehreren Bereichen zusammensetzt. Diese Bereiche wiederum umfassen mehrere Facetten, sodass eine Erschütterung in einem Aspekt des Selbst durch Stabilität in einem anderen aufgefangen werden kann (Freund & Smith, 1997; s. Kap. Selbstkomplexität).

Dies konnte auch empirisch bestätigt werden: Je mehr Ressourcen eine Person hat, desto leichter können Verluste kompensiert werden (Lang, Rieckmann & Baltes, 2002). Dabei ist die Identifikation bedeutsamer und ressourcenreicher Facetten des Selbst möglicherweise wichtiger als das bloße Vorhandensein mehrerer Facetten (Freund, 2000).

Auch James (1890) unterscheidet zwischen zwei Teilen des Selbst. Zum einen benennt er mit dem *self as knower* den handelnden Teil des Selbst. Dem gegenüber steht das *self as known*, also die Vorstellungen, die eine Person über sich hat. Bei Letzterem differenziert James weiterhin zwischen *material me*, *spiritual me* und *social me*. Hier zeigt sich die Verbindung zum deskriptiven Charakter des Selbstkonzepts in der Weise, dass die Person sich selbst in unterschiedlicher Weise wahrnehmen und beschreiben kann.

Für das Selbst im hohen Alter ist also entscheidend, dass es über mehrere Dimensionen verfügt, da so die Verluste, die mit dem hohen Alter einhergehen, aufgefangen und selbsterhaltend verarbeitet werden können. Die geschilderten Theorien fokussieren dabei zumeist auf eine rückblickende

Perspektive, die davon ausgeht, dass die Komplexität des Selbst ein Ergebnis von Erfahrungen und verschiedenen Rollen ist, die ein Mensch im Laufe des Lebens macht und lebt. Die Ressourcen, die ein Individuum mitbringt, werden jedoch auch durch gegenwärtige und prospektive Aspekte gefördert, wie es etwa die Theorie von Thomae (1987) erahnen lässt. Diese Integration von prospektiver und retrospektiver Sichtweise soll im Folgenden – unter Bezugnahme auf die Theorie Lars Tornstams – näher betrachtet werden.

7.3 Gerotranszendenz

Ein Ansatz, der ebenfalls davon ausgeht, dass Altern mehr als nur Disengagement ist, ist die Theorie der Gerotranszendenz nach Lars Tornstam (1989, 2005). Durch diese inspiriert, schließt Joan Erikson, dass durch das Bewältigen der neunten Stufe das Individuum in Gerotranszendenz mündet (Erikson, 1997a, 1997b).

Gerotranszendenz wird wie folgt definiert: „[...] a shift in meta perspective – from a materialistic and rational vision to a more cosmic and transcendent one, normally followed by an increase in life satisfaction“ (Tornstam, 1989, S. 60). Gero bezieht sich auf alte Menschen bzw. das Altern, Transzendenz steht für das Übertreten von Beschränkungen im Leben, die Erhabenheit über und das Überwinden von Dingen (Jewell, 2014).

Im Gegensatz zu Erik H. Eriksons rückblickender Ego-Integrität, ist Gerotranszendenz nach vorn gerichtet und beinhaltet eine Neudefinition der Realität (Tornstam, 2005). Dies geht mit Überlegungen von Staudinger, Bluck und Herzberg (2003) einher, die davon ausgehen, dass im Alter die Vergangenheit und die Zukunft verglichen werden („looking back and ahead“, S. 13). Das Erreichen von Gerotranszendenz vergleicht Tornstam mit dem Erlangen von Weisheit und spricht vom höchsten Level menschlicher Entwicklung (Tornstam, 2005). Tornstam vergleicht seine Theorie der Gerotranszendenz mit der Individuationstheorie von Carl G. Jung (s. Abschnitt 5).

In beiden Theorien wird Gerotranszendenz als eine mögliche letzte Stufe in einer natürlichen Entwicklung in Richtung Reife und Weisheit verstanden (Tornstam, 2005). Auch Degges-White (2005) betont Ähnlichkeiten zwischen den Entwicklungsprozessen des Individuums beider Ansätze. Eine weitere Ähnlichkeit besteht in der Selbst-Konfrontation. Laut Tornstam (2011) schaut das Individuum auf frühere Phasen im Leben zurück und entdeckt versteckte Aspekte von sich, sowohl gute als auch schlechte. Dies sei vergleichbar mit Jungs Schatten (s. Abschn. 5.2).

Bei der empirischen Überprüfung von Gerotranszendenz wurden die Versuchsteilnehmer zu Veränderungen in Einstellungen und Perspektiven

befragt. Daraus ergaben sich drei Dimensionen von Gerotranszendenz: die kosmische Dimension, die Dimension des Selbst und die Dimension sozialer und personaler Beziehungen (Tornstam, 1994, 1997a, 1997b).

Die kosmische Dimension ist am besten erforscht und hat sich als konsistent herausgestellt (Braam, 2006). Zur kosmischen Dimension gehören u. a. die veränderte Definition von Zeit und die Betonung der Kindheit, verbunden mit vielen Momenten der Erinnerung an diese. Die Grenzen zwischen Vergangenheit und Gegenwart werden weicher. Außerdem fühlt sich das Individuum im gerotranszendenten Zustand mehr mit früheren Generationen verbunden, im Sinn des Stroms des Lebens. Die Angst vor dem Tod verschwindet und es kommt zu einem neuen Verständnis von Leben und Tod.

Die Dimension des Selbst enthält u. a. die Selbst-Konfrontation, was das Entdecken von versteckten Aspekten des Selbst – sowohl guten als auch schlechten – meint. Des Weiteren sind gerotranszendente Menschen weniger selbstzentriert. Mit Selbst-Transzendenz meint Tornstam, dass eine Verlagerung von Egoismus zu Altruismus stattfindet. Zuletzt wird die Ego-Integrität genannt: Die einzelnen Aspekte des Lebens werden als ein Ganzes gesehen.

Die Dimension sozialer und personaler Beziehungen beinhaltet u. a. die veränderte Bedeutung und Wichtigkeit von Beziehungen, es wird selektiert und bewusst mehr Zeit in Einsamkeit verbracht (Tornstam, 2005). Zur Selektion von Beziehungen gibt es empirische Beweise: Lang (2001) zeigt, dass enge und wichtige Beziehungen relativ stabil bleiben, während weniger enge Beziehungen im späten Lebensalter eher beendet werden. Den Umstand, dass ein Individuum den Unterschied zwischen Selbst und Rolle versteht und manchmal das Verlangen hat, Rollen loszuwerden, bezeichnet Tornstam als *role playing* (Tornstam, 2005). Für eine erschöpfende Beschreibung der einzelnen Facetten siehe Tornstam (2005).

Tornstam betont, dass Gerotranszendenz nicht der Disengagement Theorie (Cumming & Henry, 1961) entspricht. Die entscheidenden Unterscheidungsmerkmale, gewonnen aus einer quantitativen Studie, sind: das Neudefinieren der Realität, soziale Aktivität sowie das Nutzen diverser Coping-Strategien gerotranszendenten Individuen (Tornstam, 1994). Durch empirische Arbeiten hat sich gezeigt, dass Gerotranszendenz ein messbares Konzept ist, welches auch von Menschen im hohen Lebensalter erlebt wird, die nicht aus Nordeuropa – dort wurde die Theorie entwickelt – stammen (Cozort, 2008).

Kruse (2017) merkt an, dass das Erreichen von Gerotranszendenz auch vom sozialen Umfeld des Individuums beeinflusst wird: Werden die Bedürfnisse nach Rückzug und das Selektieren des sozialen Umfelds nicht verstanden oder ignoriert, kann dies hinderlich sein. Dies ist auch in der

Pflege bedeutsam. Ergebnisse aus Studien ergaben, dass gerotranszendentes Verhalten oft als pathologisch bewertet wird (Tornstam & Törnqvist, 2000; Wadensten & Carlsson, 2001). Eine aktuellere Studie (Buchanan, Ebel, Garcia, Vandenest & Omlie, 2016) kam zu dem Schluss, dass jüngere Erwachsene das Verhalten auf kosmischer Ebene oft anders interpretieren als alte Erwachsene, was im Umgang mit älteren Menschen problematisch werden kann, da das Verhalten falsch interpretiert oder gar abgetan wird.

Tornstams Theorie der Gerotranszendenz ist nicht ohne Kritik geblieben. Jewell (2014) merkt unter anderem an, dass es fraglich ist, ob Gerotranszendenz wirklich altersabhängig ist oder nicht eher von der Persönlichkeit des Individuums abhängt. Ergebnisse aus Studien hierzu sind uneindeutig (Webster, 2003; Nakagawa, 2007; Jewell, 2010). Des Weiteren kritisiert er, dass Gerotranszendenz nicht einer radikalen Neuformulierung der Disengagement-Theorie entspricht und es zudem nicht allzu trennscharf von Eriksons achter Phase ist (Jewell, 2014). Obwohl Tornstams Gerotranszendenz kritisch diskutiert wird, ist die Art der Betrachtung und das Verständnis des Selbst im hohen Alter in dieser Theorie als Erweiterung bisheriger – vor allem retrospektiver Ansätze – von Relevanz.

7.4 Selbstregulation

Selbstkonzepte unterliegen einem Wandel und werden vor allem im hohen Alter durch Verluste verändert (Freund & Ebner, 2005). Damit stellt sich die Frage, wie Personen, die von solchen Verlusten betroffen sind, diese verarbeiten und ein angepasstes, neues Selbstkonzept herstellen. Als eine Kompensationsstrategie zur Erhaltung des Selbstkonzeptes nach Erschütterungen wurde bereits die Selbstkomplexität vorgestellt. Die Prozesse der Selbstregulation versuchen auf diese Kompensationsanforderungen weitere Antworten zu finden. Eine allgemeine Definition der Selbstregulation bietet Freund (2000) an, die darunter „Prozesse, mit Hilfe derer Personen ihr eigenes Verhalten, Denken oder Fühlen nach Maßgabe ihrer Pläne, Ziele und Standards beeinflussen, modifizieren oder kontrollieren“ (Freund, 2000, S. 122) subsummiert. Die Selbstregulation kann durch drei wesentliche Prozesse beschrieben werden: Zielsetzung, Monitoring und Ausführung der zielrelevanten Handlungen.

Zunächst geht es um das Setzen von Zielen und Standards, da ohne diese keine selbstregulativen Abläufe erforderlich sind (Freund, 2000). In einem zweiten Schritt (Monitoring) geht es gemäß dem Modell der Feedbackschleife (Carver & Scheier, 1995) darum, über einen ständigen Abgleich von Ist- und Sollzustand den Einsatz zielrelevanter Mittel zu steuern und zu kontrollieren. Schließlich steht in einem dritten Schritt das Ausführen der zielrelevanten Handlungen an, wobei die Verkleinerung der Ist-Soll-Dis-

krepanz als oberstes Ziel fungiert (Heckhausen, 1989). Steverink und Lindenberg (2008) fassen zusammen, dass die Selbstregulation aus proaktiven und reaktiven Komponenten besteht, die beide im hohen Alter beachtet werden müssen. Dieser Gedanke ist vereinbar mit dem bereits erwähnten Zwei-Prozess-Modell von Rothermund und Brandstädter (2003), das assimilative und akkomodative Prozesse beschreibt. Bezogen auf das hohe Alter sind akkomodative Prozesse hilfreich, um Einschränkungen und Verluste hinzunehmen (Brandstädter, 2007; siehe Kapitel Selbstwirksamkeit).

Als theoretische Einbettung dieses Grundgedankens wird in der Literatur häufig das Modell der Selektion, Optimierung und Kompensation (SOK-Modell; Baltes & Baltes, 1990) herangezogen (Freund, 2000; Steverink & Lindenberg, 2008), da die dort beschriebenen Aspekte „als erster Hinweis dafür angesehen werden [können], dass selbstregulative Prozesse der Zielauswahl und Zielverfolgung [...] im hohen Alter tatsächlich eine wichtige Rolle für die erfolgreiche Entwicklung spielen“ (Freund, 2000, S. 126). Alle drei Komponenten zu nutzen, ist dabei am effektivsten (Freund & Baltes, 2002).

Es existieren diverse Studien, die die Effektivität und die Auswirkungen von SOK auf verschiedene Aspekte des Alterns untersuchen. In einer Studie von Wurm, Warner, Ziegelmann, Wolff und Schüz (2013) wurde untersucht, inwiefern eine negative auf das Alter bezogene Selbstwahrnehmung (self-perception of aging) das Anwenden von Selbstregulationsstrategien wie SOK behindert. Bei einem bedrohlichen gesundheitlichen Problem wurden SOK-Strategien vermehrt angewendet, was wiederum zu höherer selbstbewerteter Gesundheit und Lebenszufriedenheit geführt hat. Dieser Effekt wird durch negative self-perceptions of aging moderiert (dadurch wird SOK weniger angewandt). In einer weiteren Studie zeigte sich, dass an den Tagen, an denen ältere Versuchspersonen (60+) mehr SOK benutzt haben, diese auch mehr Zufriedenheit berichteten (Teshale & Lachmann, 2016). Zudem spielen Ressourcen eine Rolle: das Vorhandensein von sensorischen, kognitiven, Persönlichkeits- und sozialen Ressourcen erleichtert das Nutzen adaptiver Strategien im Sinne von Selektion, Kompensation und Optimierung in Alltagstätigkeiten. Ältere Menschen mit diesen Ressourcen berichten, dass sie SOK mehr nutzen, verglichen mit älteren Menschen mit weniger Ressourcen (Lang, Rieckmann & Baltes, 2002). Bei Verwendung von SOK können Individuen ihre Ressourcen effektiver anwenden und dabei ihre Lebenszufriedenheit verbessern (Freund, 2008). Zudem argumentieren Steverink, Lindenberg und Slaets (2005), dass eine positive Grundeinstellung (positive frame of mind) ältere Menschen befähigt, ihre Ressourcen besser nutzen zu können.

Das Vermögen zur Selbstregulation kann jedoch auch negativ beeinflusst sein: Eine chronisch oder akut ermüdete Person zeigt eine schwäche-

re selbstregulatorische Performance (Hagger, Wood, Stiff & Chatzisarantis, 2010; Solberg Nes, Carlos, Crofford, De Leeuw & Segerstrom, 2010). Zudem kann Einsamkeit zu einer Fokusverengung des Individuums auf Negatives führen (Schoenmakers, van Tilburg & Fokkema, 2015), was die Selbstregulation folglich beeinflusst. Um Einsamkeit zu vermeiden, sind soziales Engagement und Einbindung insbesondere für Menschen höheren Alters von großer Bedeutung (Mendes de Leon, 2005).

Unter der Gesamtbetrachtung der bisher getätigten Ausführungen lässt sich schlussfolgern, dass die Fähigkeit der Selbstregulation eine essentielle Komponente darstellt, um im Alter eine höhere Lebenszufriedenheit zu gewährleisten. Exemplarisch kann hier die soziale Einbindung älterer Menschen genannt werden, die dafür sorgt, dass Einsamkeit abgebaut und somit die (selbst-)regulative Kompetenz unterstützt wird. Insbesondere unter dem Aspekt der Gerotranszendenz – hier die Dimension sozialer und personaler Beziehungen (Tornstam, 2005) – ist aber hervorzuheben, dass die soziale Einbindung älteren Menschen nicht aufgedrängt werden darf, da sie vielmehr die Chance bekommen sollten, die für sie wichtigen und tragfähigen sozialen Beziehungen zu identifizieren und zu erhalten. Es lässt sich also festhalten, dass zu einem gerostranszendenten und selbstregulierten Selbst auch ein sozial selbstbestimmtes Selbst dazugehört.

7.5 Das Selbst in der Analytischen Psychologie

Die Analytische Psychologie Carl Gustav Jungs wird oft als Psychologie der zweiten Lebenshälfte bezeichnet (Kast, 2014; Rattner & Danzer, 2010; Schnocks, 2013). Dabei wird von vielen Vertretern der Jung'schen Psychologie der Individuationsgedanke als Kernstück seiner Theorie angesehen (Vogel, 2017). Mit dem Wissen um den aktuellen Forschungsstand der Psychologie des Selbst in den letzten zwei Jahrzehnten, soll an dieser Stelle der Blick der akademischen Psychologie auf das Selbst um Analytische Perspektiven erweitert und mit ihnen in Verbindung gebracht werden.

Einer der wesentlichen Unterschiede zwischen dem Jung'schen Selbstkonzept und dem Selbstbegriff in der akademischen Psychologie ist die Differenzierung von Selbst und Ich. In unserer Umgangssprache verdeutlicht sich das Verständnis der akademischen Psychologie. Wenn jemand sagt „Ich bin...“ oder „Ich habe...“, so versteht er mit dem Ich auch immer sich selbst, also sein Selbst. Diese Verknüpfung zwischen Ich und Selbst und der Versprachlichung wird in der am Anfang dieses Kapitels dargestellten Definition von Mummendey deutlich. Daneben ist auch die Unterscheidung zwischen Bewusstem und Unbewusstem ein zentraler Bestandteil der Analytischen Psychologie. Jung sieht das Ich als das Konstrukt, welches alle

Bewusstseinsinhalte vereint. Dieses ist aber nicht mit der Persönlichkeit gleichzusetzen:

„Das Gesamtphänomen der Persönlichkeit fällt offenkundig nicht mit dem Ich, das heißt mit der bewußten Persönlichkeit zusammen, sondern bildet eine Größe, die vom Ich unterschieden werden muß [...] Ich habe daher vorgeschlagen, die vorhandene, jedoch nicht völlig erfaßbare Gesamtpersönlichkeit als das Selbst zu bezeichnen“ (Jung, 1980, GW 9/2, §§ 8, 9).

Das Selbst in Jungs Verständnis umfasst demnach bewusste und unbewusste Anteile. Das Ich ist der Teil des Selbst, der durch Selbstdefinitionen bewusst ist und verbalisiert werden kann. Darüber hinaus gibt es aber noch den Teil, der im Unbewussten liegt, aber in das Bewusstsein gelangen kann. Dieser Prozess wird in der Analytischen Psychologie Individuation genannt. Die Individuation des Menschen ist als ein prozesshaftes Geschehen zu verstehen, das dem Ziel dient: „Werde (soweit es geht) der/ die du bist!“ Individuation ist also als ein Entwicklungsprozess zu verstehen, der, lebenslang angelegt, das Ziel verfolgt mehr zum eigenen Selbst zu werden (Vogel, 2017).

Stellt man diesen Gedanken dem Selbstkonzept der akademischen Psychologie entgegen, so lassen sich zwei wesentliche Merkmale gegenüberstellen:

- 1) Die akademische Psychologie zeigt eine Entwicklung des Selbst auf, die mit zunehmendem Alter eine Regulation und Anpassung erfordert, die durch Verluste notwendig wird (Greve, 2000). Jungs Individuationsgedanke bezieht sich auf einen stetigen Entwicklungsprozess, der nicht als notwendige Kompensation aufgrund von Verlusten verstanden werden darf, sondern als Reifungsprozess zu einem immer mehr vollendeten wahren Selbst.
- 2) In der akademischen Psychologie zeigt sich eine Diskussion dahingehend, ob das Selbst als etwas Statisches verstanden werden kann oder ob es sich in einer permanenten Veränderung befindet, also ein dynamisches Konzept ist (Mummendey, 2006). Jung versteht das Selbst als etwas Faktisches, der Entwicklungsprozess kennt ein Ziel: ein vorhandenes Kern-Selbst (Lesmeister, 2014; Vogel, 2017).

In der klassischen Psychoanalyse wurde der Selbstbegriff von Jung lange Zeit nicht beachtet. Dieses ändert sich mit der Selbstpsychologie Heinz Kohuts (1977). Roth (2009) sieht in dieser eine deutliche Vergleichbarkeit zu dem Verständnis von Jung und damit die Möglichkeit durch die Theorie Kohuts „die Existenz, Struktur und Funktion des Selbst, wie Jung sie versteht, aus

seiner klinisch-wissenschaftlichen Sichtweise heraus zu bestätigen“ (S. 182). Kohut beschäftigt sich in seinen Arbeiten intensiv mit Narzissmus und dessen Umformung (Kohut, 1966/1978), sowie mit der psychoanalytischen Behandlung narzisstischer Persönlichkeitsstörungen (Kohut, 1968/1978). In seiner Selbstpsychologie entfaltet Kohut den Gedanken, dass Narzissmus, der nicht per se als eine pathologische Persönlichkeitseigenschaft verstanden wird, in andere Qualitäten umgeformt und sinnvoll nutzbar gemacht werden kann. Dabei werden auch solche Qualitäten herausgestellt, die im hohen Alter von besonderer Relevanz sind, wie die Erkenntnis über die Endlichkeit der eigenen Existenz (Siegel, 2000).

7.5.1 Der Individuationsprozess als Selbstregulationsprozess im hohen Lebensalter

Lesmeister (2009) stellt die Sichtweise des Kernselbst im Sinne einer „Determiniertheit der Persönlichkeitsentwicklung“ (Lesmeister, 2009, S. 18) in Frage und bringt damit den Regulationsaspekt im Sinne eines Werdens mehr in den Fokus der Individuation, anstatt an dem Reifungsprozess hin zu einem statischen Sein festzuhalten. Dieser Gedanke verknüpft die Annahme eines dynamischen Selbstkonzepts wie in der akademischen Psychologie mit einem neuen Sinn von Individuation, der nicht mehr darin besteht, „dass Seinsmöglichkeiten in Wirklichkeit überführt werden, sondern dass Wirklichkeiten geschaffen werden, die neue Seinsmöglichkeiten freisetzen.“ (Lesmeister, 2009, S. 20).

Eine solche Sichtweise bietet weiterhin Platz für die Betonung des Unbewussten in der Analytischen Psychologie im Zusammenhang mit dem Selbst. Während das Ziel der Entwicklung in der ersten Lebenshälfte eine selbstbewusste Persönlichkeit ist und auf dem Weg dahin wichtige Selbstanteile abgespalten oder unbewusst gelassen werden, geht es in der zweiten Lebenshälfte um die Integration der bislang unbewussten Selbstanteile (Schnocks, 2013). Ein solcher Selbstregulationsprozess kann – bei erfolgreicher Umsetzung – auf eine Reihe an Ressourcen in der eigenen Persönlichkeit zurückgreifen, die zuvor nicht wahrgenommen wurden, aber dennoch zu dem eigenen Selbst gehören und dieses im Prozess des Werdens erweitern oder relativieren können. Hier zeigt sich ein besonderer Mehrwert der Integration psychoanalytischer Aspekte in die Annahme von Kompensationsanforderungen im hohen Alter. Eine solche Anpassungsleistung ist auch unter dem Gesichtspunkt verschiedener neuer Entwicklungsaufgaben, mit denen Menschen im hohen Alter konfrontiert werden, praktisch bedeutsam (s. Abschn. 3).

Der Individuationsprozess stellt dabei, ähnlich wie andere Selbstregulationsprozesse auch, keinen künstlich initiierten, sondern einen natürlich

ablaufenden Prozess dar. Roth (2009) versteht diesen nicht nur als einen auf die zweite Lebenshälfte beschränkten, sondern als einen über die gesamte Lebensspanne verlaufenden Entwicklungsprozess, der in den verschiedenen Lebensphasen unterschiedliche Entwicklungsaufgaben mit sich bringt.

7.5.2 Die Sterbephase als komprimierter Individuationsweg

Vogel (2016) sieht in den Aufgaben der Sterbephase eine Parallele zu den Aufgaben der Individuation. Die erste Stufe in dieser Entwicklung ist die Arbeit mit der Persona und dem eigenen Schatten. Damit sind zwei weitere Konzepte Jungs angesprochen, die einen Teil der Gesamtpersönlichkeit ausmachen. Unter der Persona ist der Mensch mit seinen Rollen gemeint, die er je nach seiner Umgebung auswählt und annimmt (Stein, 2000, S. 135). Roth (2009) stellt die Austauschbarkeit dieser Rollen heraus und plädiert dafür von „Personae“ (Roth, 2009, S. 69) zu sprechen. Mit der Verwendung dieses Pluralismus wird die Nähe zu kontextuellen Selbstkonzepten (s. Kap. Das kontextabhängige Selbst) noch deutlicher.

Mit dem Schatten des Ich sind „[a]ll die Teile der Persönlichkeit, die normalerweise zum Ich gehören würden, wenn sie integriert wären, die aber unterdrückt wurden, weil sie kognitiv oder emotional dissonant sind“ (Stein, 2000, S. 129) beschrieben. Die Annahme des eigenen Schattens als Ausöhnung mit den ungelebten Lebensaspekten stellt einen Selbstregulationsprozess dar, der ebenfalls in der Theorie der symbolischen Selbstergänzung (Wicklund & Gollwitzer, 1982) der akademischen Psychologie beschrieben wird. Unter Symbolen verstehen die Autoren dabei Verhaltensweisen, Sprachäußerungen und Gesten, dessen Gebrauch das Vorhandensein einer entsprechenden Selbstdefinition signalisiert (Wicklund & Gollwitzer, 1982). Beispielhaft können die Anzahl an Publikationen bei Wissenschaftlern oder die Fahrzeugmarke und -größe des Autos bei Geschäftsleuten als Symbole im Sinne der Theorie genannt werden (Mummendey, 2006). Die Theorie benennt mit der selbstsymbolisierenden Handlung einen Selbstregulationsprozess, der dafür sorgt, dass fehlende Symbole durch die Auswahl alternativer Symbole kompensiert werden können, so dass Ansprüche weiterhin oder erneut befriedigt und dazugehörige Identitätsziele aufrechterhalten werden können (Mummendey, 2006). Im Jung'schen Verständnis sind die Formen, die Wicklund und Gollwitzer als Symbole bezeichnen, als Zeichen zu verstehen. In der ersten Lebenshälfte ist die Erweiterung solcher Zeichen und die Suche nach alternativen Zeichen bei Verlust der ursprünglichen ein natürlicher Entwicklungsprozess, der zu einer Ausformung des Selbst und der Abgrenzung von der Umwelt führt (Vogel, 2016). Im Individuationsprozess zeigt sich dann die „Umwandlung der Suche nach Zeichen in die

Suche nach Symbolen zur Selbstergänzung. Dem entspricht eine Rücknahme der Identifikation mit der Persona und eine Erweiterung der Grenzen des Selbstkonzepts über bloße Zeichen hinaus“ (Vogel, 2016, S. 98). Jung versteht Symbole wie folgt: „Das, was wir Symbole nennen, ist ein Ausdruck, ein Name oder auch ein Bild, das uns im täglichen Leben vertraut sein kann, das aber zusätzlich zu seinem konventionellen Sinn noch besondere Nebenbedeutungen hat“ (Jung, von Franz, Henderson, Jacobi & Jaffé, 1968, S. 93). Was dabei als Symbol erfahren wird, kann individuell höchst unterschiedlich sein, denn

„die Annäherung an das Symbol erfolgt vor allem durch eine emotionale Erfahrung, indem Menschen, durch die Bilder der Symbolik berührt, bewegt und fasziniert reagieren und dabei sehr wohl intuitiv erfassen, welche Bedeutsamkeit dem Symbol und dem dahinter stehenden Thema für ihr persönliches Leben zukommt“ (Roth, 2009, S. 160).

Mit den Zugängen der Analytischen Psychologie zum Selbst und ihrer heutigen Entwicklung ist nicht mehr nur eine zweite, der akademischen Psychologie völlig konträr gegenüberstehende, Theorie vorhanden. Vielmehr scheint sich ein Integrationspotential beider Ansätze aufzutun. Neben den bereits dargestellten Verknüpfungen findet sich der Gedanke des Individuationsprozesses auch in der Theorie der Gerotranszendenz (Tornstam, 1989; s. Abschn. 3). Nicht nur der Begründer der Theorie selbst vergleicht beide Ansätze miteinander (Tornstam, 2005). Auch Degges-White (2005) betont Ähnlichkeiten zwischen den Entwicklungsprozessen beider Ansätze.

7.6 Exkurs: Das Lebensende

Bezogen auf den Tod, spricht Erik H. Erikson davon, dass beim Erlangen von Ego-Integrität der Tod an Gefährlichkeit abnimmt: „death loses its sting“ (Erikson, 1965, S. 260). Wenn Ego-Integrität nicht erreicht wird, ist dies durch die Angst vor dem Tod gekennzeichnet. Dies drückt sich durch Verzweiflung aus (Erikson, 1965). Es liegen empirische Befunde aus Asien vor, die andeuten, dass Dankbarkeit (die die Autoren als vergleichbar mit dem Erreichen der Ego-Integrität ansehen) die Angst vor dem Tod maßgeblich senken kann (Lau & Cheng, 2011). Jewell (2014) fasst zusammen, dass sowohl Erikson als auch Tornstam von einer veränderten Einstellung gegenüber dem Tod im hohen Lebensalter, verglichen zu jüngeren Lebensphasen, ausgehen.

Die Ergebnisse aktueller Studien zur Einstellung (älterer) Menschen zum Tod sind ambivalent: Wink und Scott (2005) fanden heraus, dass 70-jährige Versuchspersonen weniger Angst vor dem Tod haben als 60-jährige. Sie

finden zudem einen umgekehrt U-förmigen Zusammenhang zwischen Religiosität und Angst vor dem Tod: moderat religiöse Menschen haben demnach am meisten Angst vor dem eigenen Ableben. In einer weiteren Studie von Cicirelli (2006) hatte die Gruppe der 75- bis 80-jährigen Versuchsteilnehmer mehr Angst vor dem körperlichen Verlust als die der 60- bis 74-jährigen. In der Angst vor dem mentalen oder materiellen Verlust unterschieden sie sich hingegen nicht. Bei beiden Altersgruppen steigt bei Verschlechterung der Gesundheit der Wunsch, länger zu leben und die Angst vor dem Tod nimmt zu. Krause, Pargament und Ironson (2016) kamen in ihrer Studie zu dem Ergebnis, dass ältere Menschen (65 Jahre und älter) weniger Angst vor dem Tod haben als 18- bis 40-Jährige und Menschen zwischen 41 und 64 Jahren. Außerdem reduziere religiöse Hoffnung die Angst vor dem Tod bei älteren Menschen. Sie schlussfolgerten, dass Religiosität wichtiger wird, wenn Menschen älter werden.

Die Tatsache, dass die Lebenserwartung gestiegen ist und Menschen im hohen Lebensalter nicht selten an chronischen Erkrankungen leiden, kann zu einem verlängerten Sterbeprozess führen (Riby, 2017). Dieser findet oft im Krankenhaus oder in der Pflege statt, sodass sich hier die Frage stellt, was ein „guter Tod“ eigentlich ist (Wylie & Smith, 2017). Für die Beantwortung dieser Frage liegen zahlreiche Ansätze vor: So hat Smith (2000) zwölf Prinzipien aufgestellt. Darunter fallen Aspekte, wie die Möglichkeit der Kontrolle, die Entscheidung über den Ort des Sterbens und die beim Tod Anwesenden. Außerdem nennt Smith die Kontrolle über Schmerzerleichterung und die Möglichkeit des Zugangs zu einem Hospiz. Die sterbende Person sollte außerdem Zeit haben, sich zu verabschieden und in der Lage sein, zu gehen, wenn es Zeit ist und nicht durch lebensverlängernde Maßnahmen unnötig am Leben erhalten werden.

Kübler-Ross (1969) hat ein Fünf-Stufen-Modell zu psychologischen Veränderungen beim Sterbeprozess entwickelt: Leugnung, Angst, Verhandlung, Depression und zuletzt die Akzeptanz des eigenen Todes. Die letzte Stufe ist vergleichbar mit den Ansätzen zu Tod in der Theorie der Gerotranszendenz (Degges-White, 2005). Auch Wright (1985) hat ein Stufenmodell zum Tod entwickelt. Dieses besteht aus drei Phasen: acute, chronic living-dying und terminal. Auch hier ist das Individuum in der letzten Phase wie bei Gerotranszendenz in sich gekehrt (Degges-White, 2005).

Es wird deutlich, dass die Akzeptanz des eigenen Todes eine unausweichliche Aufgabe zum Lebensende eines Individuums darstellt. Aber welche Faktoren tragen dazu bei? Tornstam (1999) betont die Wichtigkeit von Reminiszenz, die verstanden wird als das Zurückerinnern an das vergangene Leben, was zum Lösen von Konflikten führen soll (Butler, 1963). In einer Studie von Fry (2003) scheint für Frauen Selbstwirksamkeit in inter-personalen, sozialen und emotionalen Bereichen eine Rolle zu spielen. Je

höher ihre Selbstwirksamkeit in diesen Bereichen war, desto geringer war ihre Angst vor dem Tod und dem Unbekannten. Bei Männern waren es die instrumentellen, organisationalen und körperlichen Bereiche. Zudem scheint es wichtig zu sein, den Tod nicht zu verdrängen. Carmel, Shrira und Shmotkin (2013) fanden heraus, dass Distanz zum Tod Abnahme in der Lebenszufriedenheit vorhersagt. Wenn die Personen zudem einen hohen Lebenswillen haben, zeigt sich bei nahendem Tod kein Rückgang in der Lebenszufriedenheit. Lebenszufriedenheit stellt demnach eine zentrale Komponente erfolgreichen Alterns dar (Poon & Cohen-Mansfield, 2011).

7.7 Rückblick und Ausblick, Kompensation und (Neu-)Entwicklung – eine Zusammenführung

Begann dieses Kapitel mit dem Hinweis auf die zunehmende Lebenserwartung und damit verbundene Herausforderungen, konnte es im weiteren Verlauf einige bewährte sowie neuere Theorien vorstellen, die psychische Prozesse verdeutlichen, welche im Umgang mit den Gegebenheiten des hohen Alters wirksam werden. Die in diesem Kapitel dargestellten Theorien zum Selbst im hohen Alter zeigen, dass diese Lebensphase ohne Zweifel, aber keinesfalls nur, von einem Rückblick auf das gelebte Leben und von Verlusten geprägt ist. Auch diese Lebensphase bietet Möglichkeiten aktiver (Selbst-)Gestaltung und die Auseinandersetzung mit spezifischen Entwicklungsaufgaben wie die Weiterentwicklung des Stufenmodells durch Erikson (1997a, 1997b) verdeutlicht.

In diesem Nebeneinander von Rückblick und Ausblick, Kompensation und Neuentwicklung, zeigt sich die Stärke des schulübergreifenden Blicks aus akademisch-psychologischer Perspektive und Analytischer Psychologie. Die Betrachtung dieser Lebensphase aus nur einem Blickwinkel würde zum einen der Komplexität nicht gerecht, zum anderen fehlte die Darstellung wichtiger psychischer Verarbeitungsprozesse, um mit den gegebenen Herausforderungen umzugehen.

Lässt sich in den analytischen Ansätzen von Jung (1980) ein vorwärts gerichteter Blick des Alterns – im Sinne einer weiteren Entfaltung und Wachsens des eigenen Selbst – wiederfinden, bieten Baltes (1990), Freund (2000) sowie Wicklund und Gollwitzer (1982) als Vertreter einer akademischen Psychologie eine Erklärung für den erfolgreichen Umgang mit Verlusten und Kompensation. Und zugleich beinhalten beide Perspektiven auch etwas von dem jeweils anderen Ansatz.

In der ressourcenorientierten Betrachtung von Verlustkompensationen bei Baltes (1990) findet sich der Wert der Kombination beider Schu-

len. Stellt sich die akademische Psychologie die wichtige Frage nach der Kontextabhängigkeit des Selbst (Markus & Nurius, 1986), geht damit eine potentiell breite Variation an Ressourcen einher, die jeder Kontext mit sich bringt. Die analytische Perspektive zeigt Ressourcen wiederum auch durch eine Rückschau auf das eigene Leben auf. Im späteren und höheren Erwachsenenalter bis hin zum Lebensende zeigt sich die von Freund (2000) dargelegte nach innen gewandte Perspektive alter Menschen auch im Individuationsprozess. So kommt es zu einer „Rückschau auf das bisherige Leben in einer Haltung der Introversion“ (Roth, 2009, S. 176). In einer solchen Haltung der Reflexion kann der Blick auf das eigene, wahre Selbst eine große Ressource darstellen.

7.8 Literaturverzeichnis

- Baltes, P. B. & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In: P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Braam, A. W., Bramsen, I., van Tilburg, T. G., van der Ploeg, H. M. & Deeg, D. J. (2006). Cosmic transcendence and framework of meaning in life: Patterns among older adults in the Netherlands. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 61, 121-128.
- Brandtstädter, J. (2007). Hartnäckige Zielverfolgung und flexible Zielanpassung als Entwicklungsressourcen: Das Modell assimilativer und akkommodativer Prozesse. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. Ein Lehrbuch* (S. 413-445). Stuttgart: Kohlhammer.
- Beauvoir, S. de (2015). *Das Alter – La Vieillesse*, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag. (Original veröffentlicht: 1970).
- Buchanan, J. A., Ebel, D., Garcia, S., Vandenest, F. J. & Omlie, C. C. (2016). Age differences in perceptions of gerotranscendence: An examination of cosmic dimension behaviors. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 28, 239-254.
- Cantor, N. & Kihlstrom, J. (1987). *Personality and social intelligence*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Carmel, S., Shrira, A. & Shmotkin, D. (2013). The will to live and death-related decline in life satisfaction. *Psychology and Aging*, 28, 1115-1123.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1995). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cicirelli, V. G. (2006). Fear of death in mid-old age. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 61, 75-81.
- Cozort, R. W. (2008). *Revising the Gerotranscendence Scale for use with older adults in the southern United States and establishing psychometric properties of the revised Gerotranscendence Scale*. Doctoral dissertation, University of North Carolina at Greensboro.
- Cumming, E. & Henry, W. E. (1961). *Growing old*. New York: Basic Books.

- Degges-White, S. (2005). Understanding gerotranscendence in older adults: A new perspective for counselors. *Adultspan Journal*, 4, 36-48.
- Dittmann-Kohli, F. (1995). *Das persönliche Sinnsystem: Ein Vergleich zwischen frühem und spätem Erwachsenenalter*. Göttingen: Hogrefe.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed: A review*. New York: W. W. Norton.
- Erikson, J. M. (1997a). The 9th stage. In E. H. Erikson (Ed.), *The life cycle completed* (pp. 90-97). New York: W. W. Norton.
- Erikson, J. M. (1997b). Gerotranscendence. In E. H. Erikson (Ed.), *The life cycle completed* (pp. 105-110). New York: W. W. Norton.
- Freund, A. M. (2000). Das Selbst im hohen Alter. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 115-131). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Freund, A. M. & Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 642-662.
- Freund, A. M. & Ebner, N. C. (2005). The aging self: Shifting from promoting gains to balancing losses. In W. Greve, K. Rothermund & D. Wentura (Eds.), *The adaptive self: Personal continuity and intentional self-development* (pp. 185-202). Göttingen: Hogrefe.
- Fry, P. S. (2003). Perceived self-efficacy domains as predictors of fear of the unknown and fear of dying among older adults. *Psychology And Aging*, 18, 474-486.
- Greve, W. (2000). Das erwachsene Selbst. In Greve, W. (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 96-114). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Hagger M. S., Wood, C., Stiff, C. & Chatzisarantis, N. L. (2010). Ego depletion and the strength model of self-control: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136, 495-525.
- Havighurst, R.J. (1963). Successful aging. In R.H. Williams, C. Tibbitus & W. Donahue (Eds.), *The process of aging: Social and psychological perspectives*, Volume 1 (pp. 299-320). New York: Atherton Press.
- Heckhausen, H. (1989). *Motivation und Handeln*. Berlin: Springer.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*, Volume 1. New York: Henry Holt.
- Jewell, A. (2010). The importance of purpose in life in an older British Methodist sample: Pastoral implications. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 22, 138-161.
- Jewell, A. J. (2014). Tornstam's notion of gerotranscendence: Re-examining and questioning the theory. *Journal of Aging Studies*, 30, 112-120.
- Jung, C. G. (1980). *Aion. Beiträge zur Symbolik des Selbst*. GW Bd. 9/II. Olten: Walter Verlag.
- Jung, C. G., von Franz, M.-L., Henderson, J. L., Jacobi, J. & Jaffé, A. (1968). *Der Mensch und seine Symbole*. Olten: Walter-Verlag.
- Kast, V. (2014). *Die Tiefenpsychologie nach C.G. Jung. Eine praktische Orientierungshilfe*. Düsseldorf: Patmos.
- Kling, K. C., Ryff, C. D. & Essex, M. J. (1997). Adaptive changes in the self-concept during a life transition. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 981-990.

- Kohut, H. (1966). Forms and Transformations of Narcissism. In Ornstein, P. (Ed.) (1978), *The Search for the Self*, Volume 1 (pp. 427-460). New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1968). The Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders: Outline of a Systematic Approach. In Ornstein, P. (Ed.) (1978), *The Search of the Self*, Volume 1 (pp. 477-509). New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The Restauration of the Self*. New York: International Universities Press.
- Kornadt, A. E. & Rothermund, K. (2012). Internalization of age stereotypes into the self-concept via future self-views: A general model and domain-specific differences. *Psychology and Aging*, 27, 164-172.
- Krause, N., Pargament, K. I. & Ironson, G. (2016). In the shadow of death: Religious hope as a moderator of the effects of age on death anxiety. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73, 696-703.
- Kruse, A. (2017). *Lebensphase hohes Alter: Verletzlichkeit und Reife*. Springer-Verlag.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Macmillan.
- Lang, F. R. (2001). Regulation of social relationships in later adulthood. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56, 321-326.
- Lang, F. R., Rieckmann, N. & Baltes, M. M. (2002). Adapting to aging losses: Do resources facilitate strategies of selection, compensation, and optimization in everyday functioning? *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 57, 501-509.
- Lau, R. W. L. & Cheng, S.-T. (2011). Gratitude lessens death anxiety. *European Journal of Ageing*, 8, 169-175.
- Lesmeister, R. (2009). *Selbst und Individuation. Facetten von Subjektivität und Intersubjektivität in der Psychoanalyse*. Frankfurt/ M.: Brandes & Apsel.
- Lesmeister, R. (2014). Selbst und Transzendenz – Überlegungen zur Stellung des Subjektes bei C. G. Jung im Kontext des „Spiritual Turn“. In E. Frick & A. Hamburger (Hrsg.), *Freuds Religionskritik und der „Spiritual Turn“*. Ein Dialog zwischen Philosophie und Psychoanalyse (S. 53-63). Stuttgart: Kohlhammer.
- Markus, H. & Nurius, P. S. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
- Mendes de Leon, C. F. (2005). Social engagement and succesful aging, *European Journal of Ageing*, 2, 64-66.
- Mummendey, H. D. (2006). *Psychologie des ‚Selbst‘: Theorien, Methoden und Ergebnisse der Selbstkonzeptforschung*. Göttingen: Hogrefe.
- Myck, M. (2015). Living longer, working longer: the need for a comprehensive approach to labour market reform in response to demographic changes. *European Journal of Ageing*, 12, 3-5.
- Nakagawa, T. (2007). Exploratory research on gerotranscendence of the Japanese elderly living in the community. *Japanese Journal of Gerontology*, 29, 202.
- Nowossadeck, E. (2012). *Demografische Alterung und Folgen für das Gesundheitswesen. Gesundheitsberichterstattung (GBE) des Robert-Koch-Instituts Berlin* GBE kompakt, 3 (2).

- Poon, L. W. & Cohen-Mansfield, J. (Eds.) (2011). *Understanding wellbeing in the oldest old*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Rattner, J. & Danzer, G. (2010). *Pädagogik und Psychoanalyse. Enzyklopädie der Psychoanalyse, Band 8*. Würzburg: Königshausen und Neumann.
- Riby, L. (Ed.). (2017). *Handbook of Gerontology Research Methods: Understanding Successful Aging*. London: Taylor & Francis.
- Roth, W. (2009). *C. G. Jung verstehen. Grundlagen der Analytischen Psychologie*. Düsseldorf: Patmos.
- Rothermund, K. & Brandtstädter, J. (2003). Coping with deficits and losses in later life: from compensatory action to accommodation. *Psychology and Aging*, 18, 896-905.
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G. & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: how are they related? *European Journal of Ageing*, 12, 153-161.
- Schnocks, D. (2013). *Mit C.G. Jung sich selbst verstehen. Acht Erkenntnisaufgaben auf unserem Individuationsweg*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schryer, E. & Ross, M. (2012). Evaluating the valence of remembered events: The importance of age and self-relevance. *Psychology and Aging*, 27, 237-242.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of educational research*, 46, 407-441.
- Siegel, A. M. (2000). *Einführung in die Selbstpsychologie. Das psychoanalytische Konzept von Heinz Kohut*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Smith, R. (2000). A good death: An important aim for health services and for us all. *BMJ*, 320, 129-130.
- Staudinger, U. M., Bluck, S. & Herzberg, P. Y. (2003). Looking back and looking ahead: Adult age differences in consistency of diachronous ratings of subjective well-being. *Psychology and Aging*, 18, 13-24.
- Staudinger, U. M., Freund, A., Linden, M. & Maas, I. (1996). Selbst, Persönlichkeit und Lebensgestaltung: Psychologische Widerstandsfähigkeit und Vulnerabilität. In K. U. Mayer & P. B. Baltes (Hrsg.), *Die Berliner Altersstudie* (S. 321-350). Berlin: Akademie Verlag.
- Stein, M. (1998). *C. G. Jungs Landkarte der Seele. Eine Einführung*. Düsseldorf: Patmos.
- Steinhagen-Thiessen, E. & Borchelt, M. (1996). Morbidität, Medikation und Funktionalität im Alter. In K. U. Mayer & P. B. Baltes (Hrsg.), *Die Berliner Altersstudie* (S.151-183). Berlin: Akademie Verlag.
- Steverink, N. & Lindenberg, S. (2008). Do good self-managers have less physical and social resource deficits and more well-being in later life? *European Journal of Ageing*, 5, 181-190.
- Steverink, N., Lindenberg, S. & Slaets, J. P. J. (2005). How to understand and improve older people's self-management of wellbeing. *European Journal of Ageing*, 2, 135-244.
- Solberg Nes, L., Carlson, C. R., Crofford, L. J., De Leeuw, R. & Segerstrom, S. C. (2010). Self-regulatory deficits in fibromyalgia and temporomandibular disorders. *Pain*, 151, 37-44.

- Teshale, S. M. & Lachman, M. E. (2016). Managing daily happiness: The relationship between selection, optimization, and compensation strategies and well-being in adulthood. *Psychology and Aging*, 31, 687-692.
- Thomae, H. (1987). Patterns of psychological aging – Findings of the Bonn Longitudinal Study of Aging. In U. Lehr & H. Thomae (Hrsg.), *Formen seelischen Alterns. Ergebnisse der Bonner Gerontologischen Längsschnittstudie (BOLSA)* (S. 279-286). Stuttgart: Enke.
- Tornstam, L. (1989). Gerotranscendence: A reformulation of the disengagement theory. *Aging Clinical and Experimental Research*, 1, 55-63.
- Tornstam, L. (1994). Gerotranscendence: A theoretical and empirical exploration. In L. E. Thomas & S. A. Eisenhandler (Eds.), *Aging and the religious dimension* (pp. 203-225). Westport, CT: Greenwood Press.
- Tornstam, L. (1997a). Gerotranscendence in a broad cross sectional perspective. *Journal of Aging and Identity*, 2, 17-36.
- Tornstam, L. (1997b). Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies*, 11, 143-154.
- Tornstam, L. (1999). Gerotranscendence and the functions of reminiscence. *Journal of Aging and Identity*, 4, 155-166.
- Tornstam, L. (2005). *Gerotranscendence: A developmental theory of positive aging*. New York: Springer
- Tornstam, L. (2011). Maturing into gerotranscendence. *Journal of Transpersonal Psychology*, 43, 166-180.
- Tornstam, L., & Törnqvist, M. (2000). Nursing staff's interpretations of "gerotranscendental behavior" in the elderly. *Journal of Aging and Identity*, 5, 15-29.
- Vogel, R. (2016). Selbst und Tod. In E. Frick & R. Vogel (Hrsg.), *Den Abschied vom Leben verstehen: Psychoanalyse und Palliative Care* (S. 79-104). Stuttgart: Kohlhammer.
- Vogel, R. (2017). Individuation und Wandlung. Der „Werdensprozess der Seele“ in der Analytischen Psychologie C. G. Jungs. Stuttgart: Kohlhammer.
- Wadensten, B. & Carlsson, M. (2001). A qualitative study of nursing staff members' interpretations of signs of gerotranscendence. *Journal of Advanced Nursing*, 36, 635-642.
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development*, 10, 13-22.
- Wicklund, R. A. & Gollwitzer, P. M. (1982). *Symbolic self-completion*. New York: Erlbaum.
- Wink, P. & Scott, J. (2005). Does religiousness buffer against the fear of death and dying in late adulthood? Findings from a longitudinal study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60, 207-214.
- Wright L. (1985). Life threatening illness. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 23 (9), 7-11.
- Wurm, S., Warner, L. M., Ziegelmann, J. P., Wolff, J. K. & Schüz, B. (2013). How do negative self-perceptions of aging become a self-fulfilling prophecy? *Psychology and Aging*, 28, 1088-1097.

Wylie, B. & Smith, M. (2017). Death, dying and bereavement in old age: working towards a 'good death' for elderly individuals. In L. Riby (Ed.), *Handbook of Gerontology Research Methods – Understanding successful aging* (pp. 235-248), London; New York: Routledge Taylor & Francis Group.

Diesseits der Selbstauskunft: Die subpersonale Perspektive

8. Das kontextabhängige Selbst

CHRISTIN NICOLAI, LAURA CATHERINA SCHLIEBS UND LEA WETZEL

8.1 Einleitung

Angenommen, Sie werden in einem Vorstellungsgespräch dazu aufgefordert, sich mit drei Worten zu beschreiben. Welche drei Worte würden Sie wählen? Nun stellen Sie sich vor, dass Sie im Urlaub ganz entspannt am Strand sitzen und einen attraktiven Mann oder eine attraktive Frau kennenlernen, der oder die Sie fragt, welche drei Eigenschaften Sie ausmachen. Würden Sie exakt die drei gleichen Worte zur Selbstbeschreibung wählen, die Sie auch im Vorstellungsgespräch genutzt hätten? Höchstwahrscheinlich nicht! In einem Vorstellungsgespräch hätten Sie sich eher mithilfe von Eigenschaften wie Zuverlässigkeit, Ehrgeiz und Pünktlichkeit beschrieben. Dem jungen Mann oder der jungen Frau gegenüber hätten Sie sich möglicherweise als unternehmungslustig, offen und humorvoll beschrieben. Obwohl es sich bei diesem Beispiel um ein und dieselbe Person handelt, führen die unterschiedlichen Situationen dazu, dass andere Begriffe zur Selbstbeschreibung herangezogen werden. Somit lässt sich vermuten, dass es bei Individuen abhängig vom Kontext intraindividuelle Unterschiede hinsichtlich der Wahrnehmung des eigenen Selbst gibt.

Die Unterschiede in den Selbstbeschreibungen die durch verschiedene Kontexte beeinflusst werden sind jedoch nicht nur intraindividuell. Es gibt vielmehr auch interindividuelle Unterschiede in der Selbstbeschreibung, z. B. zwischen Personen aus unterschiedlichen Kulturen, können hervorgerufen werden. Fragt man Personen in westlichen, individualistischen Kulturen, wie sie sich selbst definieren, so beschreiben diese Personen sich größtenteils durch Eigenschaften, die sie als autonome, kontextunabhängige Person kennzeichnen. Eine Selbstbeschreibung dieser Personen wäre zum Beispiel „Ich bin ehrgeizig“. Dies wird auch als independente Selbstbeschreibung definiert, da sich Personen unabhängig vom Kontext beschreiben. Fragt man Personen aus östlichen, eher kollektivistisch sozialisierten Kulturen, wie sie sich selbst definieren, zählen diese meist Eigenschaften auf, die ihre Zugehörigkeit zum sozialen Kontext beschreiben (Kontextabhängigkeit) (Markus & Kitayama, 1991; Singelis, Triandis, Bhawuk, 1995). Sie würden bei der Aufforderung zur Selbstbeschreibung beispielsweise „Ich gehe gerne mit meinen Freunden essen“, sagen. Diese Selbstbeschrei-

bung wird als interdependente Selbstkonstruktion definiert. Es lassen sich demnach deutliche kulturelle Unterschiede in der Selbstkonstruktion finden, was darauf hindeutet, dass der Kontext tatsächlich einen Einfluss auf die Konstruktion des Selbst haben kann.

Dieses Kapitel soll Aufschluss darüber geben, inwieweit das Selbst vom Kontext abhängig ist, wie es zu den Unterschieden in der Selbstkonstruktion kommt und welche Auswirkungen diese haben. Dafür werden zunächst frühere Theorien über das Selbst im Kontext angeführt und anschließend das semantisch-prozedurale Interface-Modell erläutert. Darauf folgt eine Erläuterung des sozialökologischen Modells von Bronfenbrenner. In einem nächsten Schritt sollen die beiden Modelle integriert werden.

8.2 Theorien zum kontext(un)abhängigen Selbst

Im Folgenden werden wissenschaftliche Theorien zur Kontextabhängigkeit des Selbst angeführt. Hierbei werden in chronologischer Reihenfolge die Theorien beschrieben, wobei der Fokus auf einem aktuellen Modell, dem semantisch-prozeduralen Interface-Modell des Selbst (SPI-Modell) liegt.

8.2.1 Frühere Theorien

Es gibt zahlreiche Theorien über das Selbst, die sich im Laufe der Jahre weiterentwickelt haben. Schon James (1890) beschrieb mit einer der ersten psychologischen Theorien dieser Art das Selbst als sozial vermittelt und somit abhängig vom Kontext. Er war der Auffassung, dass die Persönlichkeit aus vielen verschiedenen Facetten bestehe und eine Person möglicherweise so viele verschiedene Selbst habe, wie er oder sie Personen kenne, die alle jeweils eine unterschiedliche innere Vorstellung von dieser Person haben. Auch Cooley (1902) und Mead (1934) deklarierten das Selbst als Repräsentation der Sichtweise von anderen Menschen und beschreiben die Konstruktion des Selbst ebenfalls als kontextabhängig. In den folgenden Jahren definierten die Theorien über das Selbst dieses jedoch als vom Kontext unabhängiges und stabiles Konstrukt (z. B. Kun & Mc Partland, 1954). Die Theorien, der darauffolgenden Jahre beschrieben das Selbst dagegen wiederum als kontextabhängig. So war beispielsweise Goffman (1959) der Auffassung, dass Personen sich in Abhängigkeit von anwesenden Personen anders präsentieren (self-presentation (Baumeister, 1982) und versuchen den Eindruck zu steuern, den sie auf andere Personen machen (impression management (Schlenker, 1980; Tedeschi, 198). Auch Linville & Carlston (1994) beschrieben in ihrem Social-Cognition-Paradigma, das Selbst als Gesam-

tes, bestehend aus mehreren kontextgebundenen Selbstkonstrukten. Die jeweiligen aktiven Selbstkonstrukte werden dabei als Arbeitsselbst bezeichnet (Cantor, Markus, Niedenthal & Nurius, 1986). Nach dem Arbeitsselbst, verhalten sich Menschen immer konsistent mit dem Identitätsaspekt, der gerade aktiviert ist (Hannover, 1997).

Im Folgenden wird auf das derzeit aktuellste Modell, das semantisch-prozedurale Interface-Modell des Selbst (SPI-Modell) genauer eingegangen.

8.2.2 Das semantisch-prozedurale Interface-Modell des Selbst

Eine der aktuellen Theorien, die sich mit der Kontextabhängigkeit des Selbst beschäftigen, ist das semantisch-prozedurale Interface-Modell des Selbst (Hannover & Kühnen, 2002; Kühnen & Hannover, 2003; Kühnen, Hannover & Schubert, 2001a). Das SPI-Modell stellt die Informationsverarbeitung in den Fokus der Betrachtung. Es beschreibt wie Unterschiede in independenter und interdependenter Selbstkonstruktion Einfluss auf die Informationsverarbeitung und somit auf individuelle Erfahrung haben können (Hannover, Pöhlmann, Roeder, Springer & Kühnen, 2005). Independentes Selbstwissen bedeutet dabei, dass Personen sich über einzigartige Fähigkeiten, Einstellungen und Eigenschaften definieren, die sie von anderen Personen unterscheiden. Interdependentes Selbstwissen beschreibt, dass Personen sich über die Gruppenzugehörigkeit, soziale Rollen oder enge Beziehungen zu anderen Personen definieren. Die verwendeten Begriffe independent und interdependent werden im Folgenden synonym zu Kontextunabhängigkeit und Kontextabhängigkeit verwendet (Pöhlmann, 2004).

Das Selbst wird in dieser Theorie als Gedächtnisstruktur beschrieben, die das gesamte Wissen enthält, das das Individuum über sich selbst gespeichert hat (Hannover, 1997; Linville & Carlston, 1994, Markus, 1977). Die Auswirkungen der Selbstkonstruktion auf die individuellen Erfahrungen werden über die relative Zugänglichkeit des independenten oder interdependenten Selbstwissens der jeweiligen Person vermittelt. Zugänglichkeit bedeutet in diesem Kontext die Leichtigkeit, mit der Informationen aus dem Gedächtnis abgerufen werden. Die Zugänglichkeit ist umso größer, je weniger Zeit zwischen der letzten Aktivierung verstrichen ist und je häufiger Informationen aktiviert wurden (Higgins & Bargh, 1987). In Abhängigkeit davon, welche Art von Selbstwissen, interdependentes oder independentes, durch einen aktuellen Kontextfaktor aktiviert worden ist, ist auch dies interdependentes oder independentes Selbstwissen eher zugänglich. Diese Aktivierung durch einen Kontextfaktor wird als situationale Zugänglichkeit bezeichnet und kann zum Beispiel durch Priming in einem experimentellen Design herbeigeführt werden (Gardner, Gabriel & Lee, 1999). Wird be-

stimmtes Selbstwissen besonders häufig verwendet, zum Beispiel aufgrund dauerhafter kultureller Anforderungen, ist es chronisch hoch zugänglich, auch unabhängig von der situationalen Zugänglichkeit (Higgins & Bargh, 1987). Die beiden Zugänglichkeiten, zwischen denen unterschieden wird, die chronische und die situationale Zugänglichkeit wirken additiv (Higgins & Bargh, 1987; Trafimow, Silverman, Fan & Fun Law 1991).

Neben den verschiedenen Zugänglichkeiten verbindet das SPI-Modell zwei Verarbeitungsmechanismen miteinander, zum einen den semantischen und zum anderen den prozeduralen Verarbeitungsmechanismus (Hannover & Kühnen, 2002). Diese beeinflussen in Abhängigkeit von der situationalen und chronischen Zugänglichkeit von inter- und independentem Selbstwissen die individuelle Erfahrung von Personen.

Der semantische Mechanismus umfasst den konkreten Inhalt, der sich auf interdependente oder independente Selbstkonstruktion bezieht. Das independente Selbstwissen wird als autonomer semantischer Selbstinhalt bezeichnet. Interdependentes Selbstwissen beschreibt soziale semantische Selbstinhalte (Pöhlmann, 2004; Hannover & Kühnen, 2002). Die Zugänglichkeit der Wissensinhalte ist ausschlaggebend, da Personen neue Informationen entsprechend der zu dem Zeitpunkt leicht zugänglichen Wissensinhalte assimilieren. Personen treffen demnach ihre Entscheidungen immer auf der Basis der Kategorien, die in dem Moment leicht zugänglich sind (Higgins, Rholes & Jones, 1977). Informationen werden eher an autonome Inhalte assimiliert, je zugänglicher independentes Selbstwissen für eine Person ist. Ist hingegen soziales Selbstwissen zugänglicher für eine Person wird eher an soziale Inhalte assimiliert. So beeinflusst die Art der Selbstkonstruktion die Erfahrung einer Person, weil neu eintreffende Informationen an semantische Inhalte des in diesem Moment leicht abrufbaren Selbstwissens angepasst werden (Hannover & Kühnen, 2002).

Der zweite Verarbeitungsmechanismus ist der prozedurale Mechanismus, der beschreibt, wann independente und interdependente Selbstkonstruktionen die Wahrscheinlichkeit der Aktivierung verschiedener Informationsverarbeitungsmodi erhöhen. Es wird zwischen einem kontextabhängigen und einem kontextunabhängigen Verarbeitungsmodus unterschieden. Diese werden durch die Zugänglichkeit interdependenten oder independenten Selbstwissens ausgelöst. Ein kontextunabhängiger Verarbeitungsmodus wird mit erhöhter Zugänglichkeit independenten Selbstwissens aktiviert. Dies bedeutet, dass neu eintreffende Informationen als unabhängig vom Kontext aufgenommen werden. Ein kontextabhängiger Verarbeitungsmodus hingegen wird mit der Zugänglichkeit von interdependentem Selbstwissen aktiviert. Bei der Interpretation von Informationen wird demnach der Kontext mit einbezogen. Interdependentes und independentes Selbstwissen unterscheidet sich nicht nur inhaltlich vonei-

nander, sondern auch strukturell: independentes Selbstwissen wird unabhängig vom Kontext dargestellt („ich bin ehrgeizig“) und interdependentes Selbstwissen bezieht sich auf einen Kontext („ich gehe gern mit Freunden etwas trinken“) (Hannover & Kühnen, 2002).

Insgesamt lässt sich sagen, dass sowohl der Inhalt des Selbstwissens einer Person als auch der Grad der Kontextabhängigkeit dieser, miteinander verbunden sind und nicht unabhängig voneinander stehen. Das bedeutet, dass die chronische oder situationale Aktivierung der jeweiligen Selbstwissensart nicht alleine semantische Auswirkungen auf die Informationsverarbeitung hat, sondern auch die kontextabhängigen oder kontextunabhängigen Verarbeitungsmodi aktiviert. Um die Verbundenheit der beiden Verarbeitungsmechanismen zu verdeutlichen, wird im SPI-Modell die Metapher des mentalen Interface verwendet. Jeder der beiden Verarbeitungsmechanismen, kann potenziell separat als auch gemeinsam Einfluss auf die Informationsverarbeitung nehmen. Zusammengefasst lässt sich sagen: je höher die Zugänglichkeit von kontextabhängigen beziehungsweise kontextunabhängigen Selbstwissens ist [CN21], desto wahrscheinlicher ist die Aktivierung des jeweiligen äquivalenten Verarbeitungsmechanismus. Dieser Prozess ist ebenfalls in entgegengesetzter Richtung möglich: bei kontextabhängiger bzw. kontextunabhängiger Verarbeitung werden ebenfalls die dazu passenden Selbstinhalte zugänglicher (Hannover & Kühnen, 2002).

8.2.3 Erweiterungen des SPI-Modells

Das eben beschriebene SPI-Modell weist einige Defizite auf. So wurde bislang keine Erklärung gefunden, welche genauen kognitiven Prozesse für die unterschiedlichen Arten der Informationsverarbeitung verantwortlich sind. Zum anderen wurden motivationale Effekte interdependenten und independenten Selbstwissens bisher vernachlässigt (Kruglanski, 1996). In der neuesten Version des SPI-Modells wurden diese Defizite durch zwei Erweiterungen kompensiert (Hannover et al., 2005).

Die erste Erweiterung versucht zu erklären, welche kognitiven Prozesse für die kontextabhängige bzw. kontextunabhängige Informationsverarbeitung verantwortlich sind, also welche Funktionsweise hinter dem mentalen Interface steht (Hannover et al., 2005). Bislang wurde nur beschrieben, was in das Interface eingeht (independentes und interdependentes Selbstwissen) und was das Interface hervorbringt (kontextabhängige und kontextunabhängige Informationsverarbeitung). Offen geblieben ist jedoch die Frage, was genau zwischen Input und Output passiert. Die erste Erweiterung lokalisiert das Interface im Arbeitsgedächtnis (Springer, 2004). Das Arbeitsgedächtnis hat sowohl die Funktion, dass es kurzzeitige semantische Infor-

mationen speichert, als auch die prozedurale Funktion bei der Ausführung kognitiver Operationen. Diese prozedurale Funktion als übergeordneter kognitiver Prozess dient der Kontrolle und Koordination von Verhalten. Die Kontrollfunktionen selektieren, konfigurieren und koordinieren die mentalen Vorgänge, die hinter der Ausführung einer kognitiven Aufgabe liegen (Haberstroh, Oyserman, Schwarz, Kühnen & Ji, 2002; Hannover, 2002; Hannover, Kühnen & Birker, 2000; Kühnen & Hannover, 2002; Kühnen, Hannover & Schubert, 2001a; Kühnen & Oyserman, 2002). Bezogen auf das SPI-Modell steuern kognitive Kontrollfunktionen die Anwendung kontextunabhängiger oder kontextabhängiger kognitiver Prozesse, je nachdem welche der Selbstwissensarten aktuell im Arbeitsgedächtnis zugänglich ist. Kontextunabhängige Verarbeitung wird aktiviert, wenn die Fokussierung auf selektiv aufgabenrelevante Informationen (selektive Aufmerksamkeit) erfolgt. Sie richten ihre gesamte Aufmerksamkeit somit auf Stimuli, die für die Bearbeitung einer Aufgabe relevant sind. Des Weiteren entsteht kontextunabhängige Verarbeitung, wenn Informationen, die nicht zu der Bearbeitung einer Aufgabe beitragen, unterdrückt werden. Dieser Prozess wird als Inhibition aufgabenirrelevanter Informationen bezeichnet. Zudem wird für kontextunabhängige Informationsverarbeitung Aufgabenmanagement benötigt. Das bedeutet, dass beim Wechsel zwischen mehreren kognitiven Aufgaben die Operationen ausgewählt und konfiguriert werden müssen, die für die erfolgreiche Bewältigung der jeweiligen Aufgabe nötig sind. Die drei relevanten Kontrollfunktionen sind demnach Fokussierung auf aufgabenrelevante Informationen, Inhibition irrelevanter Informationen und Aufgabenmanagement. Die kontextabhängigen Selbstwissensinhalte werden aktiviert, wenn der Aufmerksamkeitsfokus möglichst weit ist. Es werden gleichzeitig sowohl aufgabenrelevante als auch aufgabenirrelevante Informationen verarbeitet. Außerdem werden Kontextinformationen beim Wechsel zwischen verschiedenen Aufgaben berücksichtigt [CN27] (Rogers & Monsell, 1995; Mayr & Keele, 2000; Hannover et al., 2005).

Die zweite Erweiterung beschreibt die Auswirkungen von independentem bzw. interdependentem Selbstwissen auf motivierte Prozesse. Bislang wurden im SPI-Modell nur Einflüsse auf das aktuelle Selbstwissen beschrieben, also wie eine Person ist oder war. Jedoch enthält das Selbst ebenfalls Vorstellungen darüber, wie es gerne sein würde, also zukünftige Aspekte des Selbst (Higgins, 1987; Markus & Nurius, 1986). Somit beschreibt die Erweiterung des Modells nicht nur ausschließlich Repräsentationen des aktuellen Selbsts, sondern ebenfalls selbstbezogene Ziele oder angestrebte mögliche interdependente bzw. independente Selbstbilder. Es werden in dieser Erweiterung also Ziele, Motive und Hoffnungen ergänzt (Hannover et al., 2005). Entsprechend der Annahmen des SPI-Modells wird davon ausgegangen, dass die Aktivierung independenten bzw. interdependenten Selbst-

wissens ebenfalls zu der Aktivierung independenter bzw. interpendenter Ziele führt. Personen mit hoch zugänglichem independentem Selbstwissen streben wahrscheinlicher nach einem autonomen zukünftigen Selbst und Personen, Personen bei denen interdependentes Wissen aktiviert ist, streben eher ein soziales Selbst an (Higgins, 1987; Markus & Nurius, 1986).

8.2.4 Empirische Evidenz für die Annahmen des SPI-Modells

Alle einzelnen Komponenten des SPI-Modells konnten empirisch bestätigt werden. Sowohl für die ursprünglichen Elemente, den semantischen und den prozeduralen Mechanismus, als auch für die beiden Erweiterungen, die kognitiven Prozesse hinter dem Interface und die motivationalen Mechanismen, konnte empirische Evidenz gefunden werden.

Der semantische Mechanismus wurde durch mehrere Studien bestätigt (z. B. Ozawa, Crosby & Crosby, 1996; Trafimow & Finlay, 1996; Bargh, 1997; Hannover 1997; Kimmelmeier, 2003). Im Folgenden soll die Studie von Trafimow und Finlay (1996) kurz beschrieben werden. Die Versuchsleiter präsentierten den Probanden 30 unterschiedliche Verhaltensweisen und die Versuchspersonen sollten bewerten, ob sie selbst die Absicht hätten, die jeweilige Verhaltensweise auszuführen. Zusätzlich zu der Absicht, sollten sie ihre eigene Haltung gegenüber der Verhaltensweise darlegen und ihre subjektive Norm bezüglich dieser beschreiben. Im weiteren Vorgehen füllten die Versuchspersonen die Self-Construal-Scale (Singelis, 1994) aus. Diese misst, inwieweit Personen eher kontextunabhängiges oder kontextabhängiges Selbstwissen internalisiert haben. Es konnte gezeigt werden, dass Personen mit einer hohen Zugänglichkeit für kontextabhängiges also interdependentes Selbstwissen ihre Urteile an soziale Normen innerhalb der Gesellschaft assimilierten. Umgekehrt assimilierten Versuchspersonen mit zugänglichem independentem Selbstwissen ihre Urteile an autonome Inhalte. Diese Ergebnisse sprechen für eine Bestätigung des semantischen Mechanismus.

Auch die Annahme des prozeduralen Mechanismus konnten in mehreren Studien experimentell nachgewiesen werden (z. B. Schubert, 1999; Kühnen et al. 2001; Kühnen & Oyeserman, 2002). Bei der Untersuchung dieses Mechanismus muss allerdings darauf geachtet werden, dass die zu untersuchenden Effekte nicht durch den gleichzeitig aktiven semantischen Mechanismus erklärt werden können. Um den prozeduralen Mechanismus nachzuweisen, führten Kühnen, Hannover & Schubert (2001b) eine Studie durch, in der sie durch Priming bei den Versuchspersonen entweder ihr interdependentes oder interdependentes Selbstwissen aktivierten. Dies geschah, indem sie die Versuchspersonen anleiteten, entweder über Gemeinsam-

keiten zu ihren Familienangehörigen nachzudenken oder gedanklich die Unterschiede zu diesen hervorzuheben. Anschließend sollten die Personen für den Grad der Kontextabhängigkeit der Informationsverarbeitung sensible Aufgaben bearbeiten. Diese Aufgaben sollten insensitiv gegenüber den aktivierten Selbstinhalten sein (Embedded-Figures-Test). Die Aufgabe bestand darin, Figuren aus komplexen Mustern zu identifizieren. Um diese Aufgabe zu bewältigen, wird kontextunabhängige Verarbeitung benötigt. Die Figuren müssen nachweislich unabhängig von ihrem Kontext identifiziert werden. Personen mit zugänglichem independentem Selbstwissen sollten demnach diese Aufgabe in kürzerer Zeit bewältigen im Gegensatz zu Personen, bei denen interdependentes Selbstwissen zugänglich ist und somit auch der kontextabhängige Verarbeitungsmodus aktiviert ist. Die Versuchsteilnehmer schnitten erwartungsgemäß ab. Personen mit zugänglichem independentem Selbstwissen lösten die Aufgabe demnach schneller. Dies spricht für die Annahme des prozeduralen Mechanismus.

Auch für die Annahmen der beiden Erweiterungen ließen sich empirische Belege finden. Eine Studie zur Überprüfung der ersten Erweiterung, die die Funktionsweise des mentalen Interface durch kognitive Prozesse beschreibt, wurden von Springer (2004) und Springer & Hannover (2002a) durchgeführt. Auch in dieser Studie wurde erneut die Self-Constructal Scale von Singelis (1994) verwendet, die von Hannover, Kühnen & Birkner (2000) ins Deutsche übersetzt wurde. Durch dieses Instrument wurden Probanden identifiziert, die entweder extrem interdependentes zugängliches Selbstwissen oder extrem independentes zugängliches Selbstwissen hatten. Anschließend wurden die Versuchspersonen dazu aufgefordert eine Art der Stroop-Aufgabe zu bearbeiten. Sie sollten entscheiden, ob sich ein Wort oberhalb oder unterhalb einer Trennlinie befindet. Die Reaktionszeit der Probanden wurde ebenfalls erfasst. Es wurden sowohl Worte dargeboten, die semantisch neutral waren als auch welche, die passend und kongruent bzw. unpassend und inkongruent zu ihrer Position auf dem Bildschirm waren. Ein Beispiel für ein inkongruentes Wort ist das Wort oben, wenn es sich unterhalb der Linie befindet. Der semantische Inhalt des Wortes passt demnach nicht zu der Position, auf der es sich befindet. Inkongruente Worte führten eher dazu, dass die Antworttendenzen widersprüchlich waren, kongruente Worte führten zu demselben Antworttyp. Widersprüchliche Antworttendenzen führen ebenfalls dazu, dass die Aufgabe erschwert zu bearbeiten war, der Proband also mehr Zeit für die Ausführung brauchte. Dieser Effekt der verlängerten Reaktionszeit sollte umso stärker sein, je weniger die Person ihre Aufmerksamkeit auf das relevante Wort richtete. Verlängerte Reaktionszeiten zeigten sich nur bei Probanden, die interdependentes Selbstwissen internalisiert hatten. Bei interdependentem zugänglichem Selbstwissen wurde die kontextabhängige Verarbeitung ak-

tiviert. Das bedeutet in diesem Experiment, dass Informationen, die zu der richtigen Beantwortung der Aufgabe wichtig waren (räumliche Position des Wortes) und Information, die keinen Wert zur Beantwortung der Fragestellung beitrug (semantische Bedeutung des Wortes), parallel verarbeitet wurden. Sie konnten also nicht so schnell differenziert werden. Personen mit independentem Selbstwissen zeigten keine solcher Effekte. Dies lässt sich dadurch begründen, dass Personen, deren independentes Selbstwissen chronisch hoch zugänglich ist, ihre Aufmerksamkeit selektiv auf aufgabenrelevante Informationen richteten, was mit einem kontextunabhängigem Verarbeitungsmechanismus einherging. Sie konnten somit schneller reagieren. Diese Ergebnisse können als Belege für die Annahme der Kontrollfunktion selektiver Aufmerksamkeit gewertet werden.

Die Kontrollfunktion Inhibition irrelevanter Informationen konnte im gleichen Experiment nachgewiesen werden. Die Informationen, die im ersten Durchgang irrelevant waren, also unterdrückt werden mussten, wurden im zweiten Durchgang relevant. Je nachdem wie stark die Versuchspersonen in einem Durchgang irrelevante Informationen unterdrücken beziehungsweise inhibieren mussten, sollte die Reaktionszeit im nachfolgenden Teil, in dem die zuvor unterdrückte Information relevant wurde, erhöht sein. Diese erhöhte Reaktionszeit kommt zustande, da die zuvor inhibierte Information wieder reaktiviert werden muss. Dieser Effekt wird „negative priming-effect“ (Neill, 1977; Tipper, 1985) genannt. Diese negativen Priming Effekte zeigten sich ausschließlich bei Versuchspersonen, bei denen independentes Wissen hoch zugänglich war. Reaktionszeiten der independenten Probanden stiegen demnach an, wenn die vorher irrelevante Information im darauffolgenden Durchgang relevant wurde, da die unterdrückte Information aktiviert werden musste. Personen mit hoch zugänglichem interdependentem Wissen inhibieren keine irrelevanten Informationen, da sie sowohl aufgabenrelevante als auch -irrelevante Informationen parallel verarbeiten.

Die dritte kognitive Kontrollfunktion wurde mit einem Versuch von Springer und Hannover (2002b) untersucht, in dem die Personen wechselnde Aufgaben bearbeiten mussten. Der Aufgabenwechsel wurde anhand der Reaktionszeit gemessen. Interdependenten Personen fiel der Wechsel zu einer neuen Aufgabe schwerer (längere Reaktionszeiten), da bei diesen Personen die kontextabhängige Informationsverarbeitung aktiv war. Sie persistierten demnach an einem Aufgabentypus. Dies entsprach den Erwartungen und somit konnten ebenfalls Belege für die dritte kognitive Kontrollfunktion gefunden werden.

Auch für die zweite Erweiterung konnten empirische Evidenzen gefunden werden (z. B. Pöhlmann, 2004). Ein Beispiel für ein motivationales Konstrukt ist die Wahlfreiheit bei Entscheidungen (Kruglanski, 1996). Durch die Studie von Pöhlmann (2004) wurde geprüft, ob sich ihre

affektiven Präferenzen und ihr Wahlverhalten in Abhängigkeit davon, ob Zugriff auf unabhängiges oder interdependentes Selbstwissen besteht, unterscheiden. Der Zugriff auf unabhängiges Selbstwissen sollte dabei begünstigen, sich in einer Wahlsituation sozial zu verhalten. Der Zugriff auf interdependentes Wissen hingegen sollte dazu führen, dass autonomes Wahlverhalten ausgelöst wird. Die Einteilung in interdependente Personen und unabhängige Personen erfolgte wie in den Studien zuvor durch die Verwendung der Self-Construction Scale (Singelis, 1994). Durch Priming wurde ein Independenz- bzw. Interdependenz-Ziel induziert (sich selbst eine Uhr aussuchen versus der Mutter eine Uhr aussuchen). Unabhängige Personen waren zufriedener, wenn sie sich selbst eine Uhr aussuchen konnten, interdependente waren zufriedener, wenn sie eine Uhr für ihre Mutter auswählen konnten. Dies ist dadurch zu erklären, dass unabhängige Personen chronisch hoch zugängliches Selbstwissen haben und aus diesem Grund eher danach streben ein autonomes mögliches Selbst zu werden. Aus diesem Grund tritt bei unabhängigen Personen höhere Zufriedenheit ein, wenn bei ihnen durch Priming ein Independenz-Ziel induziert wird. Entsprechende Effekte zeigen sich für Interdependente Personen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die empirischen Befunde für die Annahmen des SPI-Modells sprechen. Es konnten sowohl Belege für den semantischen und den prozeduralen Mechanismus, als auch für die beiden Erweiterungen, gefunden werden.

8.3 Das sozialökologische Modell von Bronfenbrenner

Das Thema dieses Kapitels befasst sich mit dem Selbst im Kontext. Es wurden in bereits mehrere Theorien angeführt, die dieses Thema beleuchten, doch bis jetzt wurde noch nicht beschrieben, was der Begriff des Kontextes genau umfasst. Es wurde bereits mehrmals herausgearbeitet, dass der soziale Kontext einen maßgeblichen Einfluss auf die Selbstkonstruktion von Personen und somit ebenfalls auf das Erleben einer Person haben kann. Somit ist der Kontext in der sich eine Person befindet äußerst wichtig. Bronfenbrenner (1981) unterscheidet in seinem Modell Das sozialökologische Modell zwischen fünf verschiedenen Systemen: Mikrosystem, Makrosystem, Mesosystem, Exosystem und Chronosystem, in denen sich ein Individuum befinden kann. Diese einzelnen Systeme können Einfluss auf die unterschiedliche Entwicklung von Person nehmen und sollen im Folgenden kurz beschrieben werden.

Das Mikrosystem beschreibt den unmittelbaren Kontext, der eine Person umgibt. Er definiert sich als Muster von Tätigkeiten, Rollen und zwischen-

menschlichen Beziehungen. Das Mikrosystem ist ein einzelner Lebensbereich, in dem eine Person Kontakt zu anderen Menschen hat. Beispiele für diese einzelnen Lebensbereiche sind Familie, Schule und Freunde, aber auch die Nachbarschaft und Sportvereine. Zentral bei den Mikrosystemen ist die Wahrnehmung der Eigenschaften der Umwelt und nicht die objektive Umwelt selbst. Das Mikrosystem erfasst außerdem den aktuellen und konkreten Kontext, in dem sich eine Person befindet, also die bestimmten Aspekte, die sich aktuell im Arbeitsselbst befinden und bezieht sich demnach auch auf das Hier und Jetzt (Bronfenbrenner, 1981).

Das Mesosystem umfasst die Wechselbeziehungen zwischen den einzelnen beschriebenen Lebensbereichen, den Mikrosystemen, die miteinander verknüpft sind und gegenseitigen Einfluss aufeinander nehmen. Die jeweilige Person kann aktiven Einfluss auf diese Wechselbeziehungen ausüben. Ein Beispiel hierfür ist die Interaktion zwischen dem Lebensbereich Familie und der Nachbarschaft (Bronfenbrenner, 1981).

Das Exosystem definiert sich ebenfalls als Lebensbereich oder sogar also mehrere Lebensbereiche, der beziehungsweise die keinen direkten Einfluss, jedoch einen indirekten, auf die Person nehmen kann beziehungsweise können. Die Person selbst kann nicht auf den Lebensbereich einwirken und ist kein direkter Teil des Lebensbereiches. Ein Beispiel für ein Exosystem wäre der Arbeitsplatz der Mutter oder die Fußballmannschaft des Bruders (Bronfenbrenner, 1981).

Das umfassendste System ist das Makrosystem. Dieses System ist den anderen (Mikro-, Meso- und Exosystem) übergeordnet und beschreibt die Ähnlichkeit der drei untergeordneten Systeme zueinander. Das Makrosystem beschreibt alle Beziehungen in einer Subkultur bzw. Kultur, was sowohl Normen, Werte, Konventionen, Traditionen, als auch geschriebene und ungeschriebene Gesetze beinhaltet. Diese Gemeinsamkeiten haben Einfluss auf alle Beteiligten dieser Subkultur. Ein Beispiel hierfür ist, dass Schulklassen und gesellschaftliche Einrichtungen innerhalb einer Kultur eine große Ähnlichkeit haben, zwischen Kulturen jedoch große Unterschiede aufweisen können (Bronfenbrenner, 1981).

Das letzte System ist das Chronosystem. Dieses umschreibt die gesamte zeitliche Abfolge von Veränderungen oder Stabilität (Bronfenbrenner, 1981).

Der soziale Kontext einer Person, lässt sich also gemäß dem sozialökologischen Modell auf verschiedenen Ebenen beschreiben. Eine Person befindet sich in den einzelnen Systemen (Mikro-, Meso-, Exo-, Makro-, Chronosystem), die Einfluss auf die Person und somit auch auf ihre Selbstkonstruktion nehmen können.

Im Folgenden wird versucht, die Fragen, wie genau sich Unterschiede in der kontextabhängigen und kontextunabhängigen Selbstkonstruktion be-

schreiben lassen und welchen Bezug die unterschiedlichen Systeme zu dem in Abschnitt 8.2.2–8.2.3 beschriebenen SPI-Modell haben, zu beantworten.

Viele Studien konnten zeigen, dass es Unterschiede hinsichtlich der Selbstkonstruktion zwischen Personen aus kollektivistischen und individualistischen Kulturen gibt (Hofstede, 1980; Ma & Schoeneman, 1997). Hofstede (1980) postulierte Individualismus und Kollektivismus als wichtigste Unterscheidungsdimensionen zwischen verschiedenen Kulturen. Individualistische Kulturen sehen sich selbst als unabhängig von anderen und richten ihr Verhalten hauptsächlich nach persönlichen Zielen und Bedürfnissen aus. Im Gegensatz dazu sehen sich Personen in kollektivistischen Kulturen eher als abhängig von sozialen Gruppen, richten ihr Verhalten nach Normen und Pflichten aus und stellen das Wohl anderer Personen häufig über ihr eigenes. Diese Unterschiede in der Selbstkonstruktion von Personen zwischen den Kulturen lassen sich laut Bronfenbrenner (1981) auf Unterschiede zwischen Makrosystemen, also Unterschiede zwischen Normen, Werten, Konventionen, Traditionen und Gesetzen zurückführen. Innerhalb von Kulturen gibt es große Gemeinsamkeiten, zwischen den Kulturen (Makrosystemen) bestehen jedoch große Unterschiede. Je nach Kultur wird entweder kontextabhängiges (in kollektivistischen Kulturen) Selbstwissen oder kontextunabhängiges Selbstwissen (in individualistischen Kulturen) aufgrund der dauerhaften unterschiedlichen kulturellen Anforderungen besonders häufig verwendet. Im SPI-Modell wird diese häufige Verwendung von Selbstwissen als chronische Zugänglichkeit bezeichnet (Higgins & Bargh, 1987; Trafimow et al., 1991). Makrounterschiede lassen sich demnach auf die chronische Zugänglichkeit von independentem vs. interdependentem Selbstwissen von Kulturen zurückführen. So ist in individualistischen Kulturen autonomes Selbstwissen vermehrt zugänglich und in kollektivistischen Kulturen soziales Selbstwissen chronisch hoch zugänglich. Dies führt zu unterschiedlichen Selbstbeschreibungen von Personen auf der Makroebene („ich bin ehrgeizig“; „ich bin gern mit Freunden unterwegs“). Zusammengefasst lässt sich sagen, dass Makrounterschiede zwischen Kulturen aufgrund der unterschiedlichen chronischen Verfügbarkeit des Selbstwissens aufgrund der dauerhaften kulturellen Anforderungen bestehen.

Chronische Verfügbarkeit entsteht aufgrund der häufigen Verwendung bestimmten Selbstwissens (Higgins & Bargh, 1987; Trafimow et al., 1991). Man könnte jedoch auch argumentieren, dass ständige situationale Zugänglichkeit zu chronischer Zugänglichkeit führen kann, da chronische Zugänglichkeit durch besonders häufige Verwendung von Selbstwissen entsteht. Dies würde bedeuten, dass chronische Zugänglichkeiten, also somit auch Unterschiede auf der Makroebene durch die situationale Zugänglichkeit erzeugt werden. Situationale Zugänglichkeit könnte man in dem Modell

von Bronfenbrenner (1981) durch Prozesse in Mikrosystemen beschreiben, da direkte Änderungen von Rollen, Beziehungen und Tätigkeiten Einfluss nehmen. Aus diesem Grund könnte man sagen, dass Prozesse in Makrosystemen eigentlich häufig zugänglich gemachte Prozesse in Mikrosystemen sind. Dies könnte wiederum bedeuten, dass Makroprozesse eigentlich keine Makroprozesse sind, sondern Eigenschaften von Makrosystemen nur häufig aktivierte Mikrosysteme sind. Das bedeutet, dass jemand, der aus einer kollektivistischen Kultur (Makroebene) stammt und somit auch chronisch zugängliches kontextabhängiges Selbstwissen zugänglich hat, dies eigentlich nur hat, weil dies häufig auf Mikroebene aktiviert wurde. Da Mikrosysteme den unmittelbaren Kontext beschreiben, der eine Person umgibt und dieser Muster von Tätigkeiten, Rollen und zwischenmenschlichen Beziehungen umfasst, müssten Prozesse auf Mikroebene in kollektivistischen Kulturen deutlich häufiger aktiviert werden als in individualistischen Kulturen. Dies basiert auf der Annahme, dass sich Personen in kollektivistischen Kulturen besonders über zwischenmenschliche Beziehungen definieren und soziales Selbstwissen zugänglicher haben.

Angenommen es würde Personen aus kollektivistischen Kulturen ständig situationales unabhängiges Selbstwissen oder Personen aus individualistischen Kulturen interdependentes Selbstwissen zugänglich gemacht werden. Würde dies dann zu Unterschieden in der Selbstbeschreibung in Bezug auf ihre Kontextabhängigkeit führen? Könnte es sein, dass Personen aus herkömmlich individualistischen Kulturen nun eher Aussagen tätigen würden, die ihre Kontextabhängigkeit hervorheben, wie zum Beispiel „Ich gehe gern mit meinen Freunden essen.“? Und Personen, die aus kollektivistischen Kulturen stammen nach der Induzierung unabhängigen Wissens nun eher Aussagen machen, die vom Kontext unabhängig sind, wie zum Beispiel „Ich bin ehrgeizig?“.

Zwei Studien von Gardner, Gabriel und Lee (1999) sprechen für diese Annahmen. Ziel der Untersuchungen war es den Einfluss von interdependenter und unabhängiger Selbstkonstruktion herauszufinden. Dies taten sie, indem sie Versuchspersonen unabhängiges vs. interdependentes Selbstwissen durch Priming situational zugänglich machten und die Einflüsse auf ihre Ansichten erfassten. Durch die erste Studie von Gardner et al. (1999) sollte herausgefunden werden, ob die Art der Selbstkonstruktion als Mediator Einfluss auf soziale Urteile nimmt. Um dies zu überprüfen, wurden Studenten aus einer individualistischen Kultur unabhängige und interdependente Primes präsentiert, anschließend sollten sie bestimmte Aufgaben ausführen. Die Primes bestanden entweder aus einer Geschichte oder einer Aufgabe, in der sie bestimmte Worte suchen sollten. In der unabhängigen Bedingung der Geschichte wurden individuelle Merkmale einer Person hervorgehoben, in der interdependenten Bedingung, wurden Ei-

genschaften der Familie betont. Die Aufgabe, in der die Versuchspersonen bestimmte Worte suchen sollten bestand darin, dass ihnen eine Geschichte dargeboten wurde und die Versuchspersonen die Pronomen einkreisen sollten. Die Geschichten unterschieden sich in ausschließlich in der Wahl der Pronomen. In der independenten Bedingung der Geschichte wurden ausschließlich independente Pronomen, wie I und mine verwendet, in der interdependenten Bedingung nur interdependente Pronomen wie we und ours. Nachdem die Probanden die Priming Aufgabe beendeten, sollten sie einen Fragebogen ausfüllen, der ihre Werthaltungen in Abhängigkeit des Grades ihrer independenten beziehungsweise interdependenten Selbstkonstruktion erfassen sollte. Hierzu wurde das Values Inventory von Schwartz, (1992) und Triandis, McCusker & Hui (1990) verwendet, das erfasst, inwiefern soziales Helfen, als Verpflichtung angesehen wird und erfasst ebenfalls die Art der Selbstkonstruktion (independent vs. interdependent). Die Ergebnisse der Studie zeigten, dass interdependente Selbstkonstruktion dazu führte, dass sozialem Helfen eine größere Wichtigkeit zugeschrieben wurde. Zudem wurde bei Aktivierung interdependenter Selbstkonstruktion eher kollektivistische Werte bevorzugt. Gegenteilige Effekte konnten bei zugänglichem independentem Selbstwissen gefunden werden. Die Art der Selbstkonstruktion (independent versus interdependent) hat einen Einfluss auf die Werthaltungen der Probanden und spiegelt sich in den Werthaltungen von Personen aus individualistischen und kollektivistischen Kulturen wieder. Es zeigte, dass durch situational induziertes Selbstwissen ein Wechsel von Werten stattfinden konnte.

Das zweite Experiment befasste sich mit der Interaktion von kulturellen (chronischen) und situationalen Einflüssen auf die Selbstkonstruktion. Sowohl Personen aus kollektivistischen als auch aus individualistischen Kulturen wurden untersucht. Es wurde angenommen, dass situational zugängliches Selbstwissen, entgegengesetzt zu dem durch die Kultur chronisch zugänglichem, durch Priming zu einer Änderung von Urteilen führt. Der Ablauf des Experiments glich dem aus dem ersten Experiment. Durch die Ergebnisse konnte die Annahme bestätigt werden: Personen, die durch die kulturelle Zugehörigkeit chronisch zugängliches independentes Selbstwissen hatten und situational interdependent geprimt wurden, änderten ihre autonomen Urteile hin zu eher sozial geprägten Urteilen. Gleiche Effekte der Urteilsänderung wurden bei interdependenten Personen gefunden.

Mit diesen Experimenten konnte gezeigt werden, dass tatsächlich Änderungen in den Aussagen und Urteilen von Personen erzeugt werden konnten, die komplementäres Selbstwissen induziert bekamen. Das bedeutet, dass Änderungen von Prozessen auf der Mikroebene ebenfalls zu Änderungen auf der Makroebene führen können.

8.4 Ausblick und Fazit

„Ich bin ...“ Diesen kurzen Satz zu vervollständigen scheint nach den Schlussfolgerungen dieses Kapitels nicht mehr so einfach zu sein. Es konnte gezeigt werden, dass die Selbstkonstruktion von Personen maßgeblich von dem Kontext beeinflusst wird, in dem sich die Person befindet. Somit ist es möglich, dass die Vervollständigung dieses Satzes sich je nach Kontext, in dem sich die befragte Person befindet, ändert. Zur genaueren Betrachtung des Selbstes im Kontext wurden in diesem Kapitel zunächst chronologisch einige Studien und Theorien angeführt. Anschließend wurde eine zeitlich neue Theorie, das SPI-Modell genauer beschrieben. Diese Theorie befasst sich mit den dahinterliegenden Mechanismen, die zur interdependenten oder independenten Selbstkonstruktion führen und das Erleben und Verhalten von Personen beeinflussen. Sie postuliert einen semantischen und einen prozeduralen Mechanismus und darüber hinaus beschreibt die Theorie genaue kognitive und motivationale Prozesse. Situationale und chronische Zugänglichkeit von Selbstwissen wird in dieser Theorie als essenziell angesehen. Zur Bestätigung der Annahmen dieses Modells wurden anschließend Studien angeführt, die Belege für die einzelnen Komponenten des Modells lieferten. Die Evidenzen sprechen für die Annahmen des SPI-Modells, wodurch sich annehmen lässt, dass das Selbst tatsächlich abhängig vom Kontext ist. Besonders Unterschiede in der Selbstkonstruktion zwischen Kulturen lassen sich mit diesem Modell erklären.

Um den Begriff des Kontextes genauer zu benennen wurde das Sozial-ökologische Modell von Bronfenbrenner angeführt, dass das Umfeld von Personen auf verschiedenen Ebenen beschreibt. Anschließend wurde eine Verknüpfung zwischen den Annahmen des SPI-Modells und denen des Modells von Bronfenbrenner hergestellt. Aus dieser Verknüpfung ergab sich die These, dass sich Kulturunterschiede, die als Makrounterscheide angesehen werden auf Unterschiede in Prozessen auf der Mikroebene zurückführen lassen. Daraus lässt sich ableiten, dass sich die im SPI-Modell beschriebene chronische Verfügbarkeit auf häufige situationale Verfügbarkeit zurückführen lässt. Zusammengefasst lässt sich sagen, dass alle Menschen, unabhängig welcher Kultur diese angehören, über den gleichen Mechanismus verfügen und ausschließlich unterschiedliche Aktivierung bestimmter Inhalte durch andere Kontexte für Unterschiede in der Selbstkonstruktion verantwortlich sind. Unterschiede sind demnach auf die gleichen Prozesse zurückzuführen, die jedoch unterschiedlich aktiviert wurden und somit den Blick in eine andere Richtung lenken. Das bedeutet aber auch, dass durch die Änderung des Kontextes und somit auch durch die Änderung der aktivierenden Auslöser, potenziell andere Prozesse in Personen angestoßen werden können. Dies kann dann zu anderen Selbstbeschreibungen durch

veränderte Kontexte führen. Jedoch ist zu betonen, dass die Aktivierung von zum Beispiel independentem Selbstwissen nicht per se zu Selbstbeschreibungen führt, die die Person unabhängig vom Kontext beschreiben, sondern eher die Wahrscheinlichkeit für solche Beschreibungen erhöht wird. Der Mensch ist sehr komplex und weitere Einflüsse könnten in diesen Prozess mit hineinspielen.

Wir übertragen die Kernannahmen des Kapitels auf die Zeit in der wir heute leben. Eine Zeit, die vom Wechsel der Kulturen geprägt ist. Eine Zeit in der kollektivistische und individualistische Kulturen aufeinandertreffen. Und eine Zeit in der Menschen ihr Heimatland verlassen müssen und somit auch die Kultur als Kontext wechseln. Durch diese „Zeit“ ergeben sich nicht nur einige Herausforderungen für die Personen, die damit konfrontiert sind, sondern auch einige Fragen, die dieser Wandel mit sich bringt: Was passiert, wenn Menschen ihre herkömmliche Kultur verlassen und in eine andere Kultur kommen? Zum Beispiel, wenn im eigenen Heimatland Krieg herrscht und diese Personen deshalb ihr Land verlassen und nach Deutschland (individualistische Kultur) kommen. Oder was passiert, wenn Personen einst ihr Heimatland verließen (z. B. die Türkei), nach Deutschland kamen und nun in der heutigen Zeit wieder zurück in ihr ursprüngliches Land kehren? Was passiert mit der Selbstkonstruktion dieser Personen, die erst kollektivistisches Selbstwissen hatten, dann womöglich ein Wechsel stattfand und die Personen individualistisches Selbstwissen internalisierten. Welche genauen Mechanismen lösen die veränderten Kontexte aus? Was passiert nun mit diesen Personen und ihrem Selbstwissen? Aber auch der umgekehrte Fall wäre denkbar: dass Menschen aus Deutschland, einer individualistisch geprägten Kultur auswandern in ein Land, dessen vorherrschende Kultur kollektivistisch geprägt ist? Was geschieht mit ihrer Selbstkonstruktion, die maßgeblich vom Kontext beeinflusst wird? Wie lange dauert es, bis sich durch den Wechsel des Kontextes auch die Selbstbeschreibung einer Person ändert? Wie stark muss das Wissen zugänglich sein beziehungsweise aktiviert werden?

All diese Fragen bilden einen Gegenstand für die zukünftige Forschung, da alle möglichen Kontrastgruppen, zum Beispiel alle verschiedenen Altersgruppen oder verschiedenen Geschlechter, in diesen Populationen vertreten sind. Diese Forschung ist vor allem wichtig, um besser mit Personen umgehen zu können und Reaktionen dieser besser zu verstehen. Allgemein gibt das Thema des kontextabhängigen Selbstes besonders große Auskunft über Prozesse, die hinter vermeintlichen Unterschieden zwischen Personen unterschiedlicher Kulturen stehen. Dass der Kontext uns, mit unserem Erleben und Verhalten prägt, trägt zum besseren Verständnis über das Selbst bei.

8.5 Literaturverzeichnis

- Bargh, J. A. (1997). The automaticity of everyday life. In R. S. Wyer (Hrsg.), *The automaticity of everyday life. Advances in social cognition* (pp. 1-61). Mahwah: Erlbaum.
- Baumeister, R. F. (1982). A self-presentational view of social phenomena. *Psychological bulletin*, 91(1), 3. doi: 10.1037/0033-2909.91.1.3.
- Bronfenbrenner, U. (1981). Children and families: 1984?. *Society*, 18(2), 38-41.
- Cantor, N., Markus, H., Niedenthal, P., & Nurius, P. (1986). On motivation and the self-concept. In Sorrentino, R.M. & Higgins, E. T. (Hrsg.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (pp. 96-121). New York: Guilford Press.
- Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order*. New York: Scribners.
- Gardner, W. L., Gabriel, S., & Lee, A. Y. (1999). "I" value freedom, but "we" value relationships: Self-construal priming mirrors cultural differences in judgment. *Psychological Science*, 10(4), 321-326.
- Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. New York: Anchor Books.
- Haberstroh, S., Oyserman, D., Schwarz, N., Kühnen, U., Ji, L. (2002). Is the interdependent self a better communicator than the independent self? Self-construal and the observation of conversational norms. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38, 323-329.
- Hannover, B. (1997). *Das dynamische Selbst: Die Kontextabhängigkeit selbstbezogenen Wissens*. Mannheim: Huber.
- Hannover, B. (2002). One man's poison ivy is another man's spinach: what self-clarity is in independent self-construal, a lack of context-dependency is in interdependent self-construal. *Self and identity: Social psychological perspectives*, 15, 65-88.
- Hannover, B., & Kühnen, U. (2002). Der Einfluss unabhängiger und interdependenter Selbstkonstruktionen auf die Informationsverarbeitung im sozialen Kontext. *Psychologische Rundschau*, 53(2), 61-76.
- Hannover, B., Kühnen, U., Birkner, N. (2000). Independentes und interdependentes Selbstwissen als Determinante von Assimilation und Kontrast bei kontextuellem Priming. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 31, 44-56.
- Hannover, B., Pöhlmann, C., Roeder, U., Springer, A., & Kühnen, U. (2005). Eine erweiterte Version des semantisch-prozeduralen Interface-Modells des Selbst. *Psychologische Rundschau*, 56(2), 99-112. doi: 10.1026/0033-3042.56.2.99.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological review*, 94(3), 319. doi: 10.1037/0033-295X.94.3.319.
- Higgins, E. T., & Bargh, J. A. (1987). Social cognition and social perception. *Annual review of psychology*, 38(1), 369-425. doi: 10.1146/annurev.ps.38.020187.002101.
- Higgins, E. T., Rholes, W. S., & Jones, C. R. (1977). Category accessibility and impression formation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13, 141-154. doi: 10.1016/S0022-1031(77)80007-3.
- Hofstede, G. (1980). Culture and organizations. *International Studies of Management & Organization*, 10(4), 15-41. doi: 10.1080/00208825.1980.11656300.

- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Henry Holt and Company. doi: 10.1037/11059-000.
- Kemmelmeier, M. (2003). Individualism and attitudes toward affirmative action: Evidence from priming experiments. *Basic and Applied Social Psychology*, 25, 2 111– 119. doi: 10.1207/S15324834BASP2502_2.
- Kruglanski, A. W. (1996). Motivated social cognition: Principles of the interface. In Higgins, E.T., & Kruglanski, A.W. (Hrsg.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 493-520). New York: Guilford Press.
- Kuhn, M. H., & McPartland, T. S. (1954). An empirical investigation of self-attitudes. *American sociological review*, 19(1), 68-76. doi: 10.2307/2088175.
- Kühnen, U., Hannover, B. (2000). Assimilation and contrast in social comparisons as a consequence of self-construal activation. *European Journal of Social Psychology*, 30, 799-811. doi: 10.1002/ 1099-0992
- Kühnen, U., Hannover, B., Schubert, B. (2001a). A Semantic-Procedural Interface Model of the Self: The role of self-knowledge for context-dependent versus context-independent modes of thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 397-409.
- Kühnen, U., Hannover, B. & Schubert, B. (2001b). Procedural consequences of semantic priming: The role of self-knowledge for context-bounded versus context-independent modes of thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 397-409.
- Kühnen, U., Oyserman, D. (2002). Thinking about the self influences thinking in general: Procedural consequences of self-construal activation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38, 492-499.
- Linville, P. W., & Carlston, D. E. (1994). Social cognition of the self. In Devine, P. G., Hamilton, D. L., & Ostrom, T.M. (Hrsg.), *Social cognition: Impact on social psychology* (pp. 143-193). San Diego: Academic Press.
- Ma, V., & Schoeneman, T. J. (1997). Individualism versus collectivism: A comparison of Kenyan and American self-concepts. *Basic and Applied Social Psychology*, 19(2), 261-273. doi: 10.1207/s15324834baspp1902_7.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of personality and social psychology*, 35(2), 63. doi: 10.1037/0022-3514.35.2.63.
- Mayr, U., Keele, S. W. (2000). Changing internal constraints on action: The role of backward inhibition. *Journal of Experimental Psychology: General*, 129, 14-26. doi: 10.1037/0096-3445.129.1.4.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological review*, 98(2), 224. doi: 10.1037/0033-295X.98.2.224.
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American psychologist*, 41(9), 954. doi: 10.1037/0003-066X.41.9.954.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*, Chicago: University of Chicago Press.
- Neill, W. T. (1977). Inhibitory and facilitatory processes in selective attention. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 3, 444-450. doi: 10.1037/0096-1523.3.3.444.

- Ozawa, K., Crosby, M., & Crosby, F. (1996). Individualism and Resistance to Affirmative Action: A Comparison of Japanese and American Samples¹. *Journal of Applied Social Psychology*, 26(13), 1138-1152. doi: 10.1111/j.1559-1816.1996.tb02289.x.
- Pöhlmann, C. (2004). Der Einfluss unabhängiger und interdependenter Selbstkonstruktion auf die Motivation und Konsistenz in Entscheidungssituationen. (Dissertation). Freie Universität Berlin, Deutschland.
- Rogers, R. D., & Monsell, S. (1995). Costs of a Predictable switch between Simple Cognitive Tasks. *Journal of Experimental Psychology: General*, 124, 2 207-231.
- Schlenker, B. R. (1980). *Impression management*. Monterey: Brooks/ Cole Publishing Company. doi: 10.1037/10519-103.
- Schubert, B. (1999). Kontextabhängigkeit von sozialen Urteilen bei Aktivierung von Selbstwissen und Wissen über andere Personen. (Diplomarbeit). Technische Universität Berlin, Deutschland.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and social psychology bulletin*, 20(5), 580-591. doi: 10.1177/0146167294205014.
- Singelis, T. M., Triandis, H. C., Bhawuk, D. P., & Gelfand, M. J. (1995). Horizontal and vertical dimensions of individualism and collectivism: A theoretical and measurement refinement. *Cross-cultural research*, 29(3), 240-275. doi: 10.1177/106939719502900302.
- Springer, A. (2004). Der Einfluss unabhängiger und interdependente Selbstkonzepte auf die Anwendung übergeordneter kognitiver Kontrollfunktionen im Arbeitsgedächtnis. (Dissertation). Freie Universität Berlin, Deutschland.
- Springer, A., Hannover, B. (2002a). Executive mechanisms of cognitive control in independent and interdependent self-construals: Context-sensitivity and the active inhibition of task-irrelevant information. 13. Treffen der European Association of Social Psychology, San Sebastian, Spanien.
- Springer, A., Hannover, B. (2002b). How does the self affect the cognitive control of interfering context-information?. 4. Treffen des European Social Cognition Network, Paris, Frankreich.
- Tedeschi, J. T. (1981). *Impression management theory and social psychological research*. New York: Academic Press.
- Tipper, S. P. (1985). The negative Priming effects: Inhibitory effects of ignored primes. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 37A , 571-590.
- Trafimow, D., & Finlay, K. A. (1996). The importance of subjective norms for a minority of people: Between subjects and within-subjects analyses. *Personality and social psychology bulletin*, 22(8), 820-828.
- Trafimow, D., Silverman, E. S., Fan, R. M. T., & Fun Law, J. S. (1997). The effects of language and priming on the relative accessibility of the private self and the collective self. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 28(1), 107-123. doi: 10.1177/0022022197281007.

9. Selbstkomplexität

CHANTAL JANSSEN UND JANNIKA PYTLICH

9.1 Einleitung

Die westliche Welt ist heutzutage von Schnellebigkeit geprägt. Stress und Burn-Out sind Phänomene, die mehr und mehr zum gesellschaftlichen Alltag werden. Eine Vielzahl von Ratgebern beschäftigt sich daher mit der Frage, wie sich Stress effektiv bewältigen oder vermeiden lässt.

Gleichzeitig rückt die Frage nach dem Selbst und der eigenen Identität immer mehr in den Fokus der Gesellschaft. Es gilt als Ideal, sich selbst möglichst vielseitig zu interessieren und weiterzubilden und möglichst viele Erfahrungen zu sammeln. Die daraus resultierenden vielfältigen Ansprüche an uns selbst als Individuum stellen uns vor immer neue Herausforderungen, deren Bewältigung oftmals zu weiteren Stresssituationen führen kann.

Doch was hilft uns, um effektiv gegen Stress gewappnet zu sein? Und ist es möglich, unser Streben nach einer vielseitigen Orientierung und die Bewältigung von Stress miteinander zu vereinbaren?

Eine mögliche Antwort auf beide dieser Fragen liefert die Forschung zum Phänomen der Selbstkomplexität. Was können wir uns unter diesem Begriff vorstellen? Selbstkomplexität bezeichnet die vielen verschiedenen Aspekte, die das Selbst einer Person ausmachen. Diese sogenannten Selbstaspekte bzw. Selbstkonstrukte können beispielsweise Studentin, Tochter, Geigerin oder Vegetarierin sein. Dabei bezieht sich Selbstkomplexität entgegen dem, was der Begriff suggeriert, nicht auf die tatsächliche Komplexität einer Person, sondern auf die Struktur des Wissens einer Person über sich selbst.

Die Begründerin der Selbstkomplexität Patricia Linville nimmt an, dass das Selbst multimodal organisiert und als eine komplexe, kognitive Struktur zu verstehen ist, die dazu dient, die Fülle von Informationen, die eine Person über sich hat, zu verarbeiten und zu organisieren (Linville, 1985).

Wie steht dies nun im Zusammenhang zu Stress? Linville geht davon aus, dass Menschen mit hoher Selbstkomplexität weniger gestresst auf negative Ereignisse reagieren. Selbstkomplexität scheint also ein möglicher Faktor zu sein, der sich positiv auf die Stresstoleranz von Menschen auswirkt.

Doch wie genau sorgt ein komplexeres Wissen über uns Selbst dafür, dass wir besser mit stressigen Situationen umgehen können?

9.2 Struktur unseres Wissens

Um zu verstehen, inwieweit eine hohe Komplexität des selbstbezogenen Wissens einen positiven Einfluss auf den adaptiven Umgang mit Stress haben kann, ist es zunächst wichtig zu verstehen, wie unser Wissen im Gedächtnis verankert, verarbeitet und abgespeichert wird. Zur Erklärung der Strukturen unseres Wissens im semantischen Gedächtnis haben sich im Laufe der Forschung zwei Ansätze herausgebildet. Das hierarchische Modell und das informationstheoretische Modell. Während das hierarchische Modell davon ausgeht, dass unser Wissen in hierarchischen Strukturen (also Ober- und Unterkategorien) abgespeichert ist, postuliert der informationstheoretische Ansatz, dass unser Wissen in Form eines komplexen assoziativen Netzwerkes gespeichert wird, ohne hierbei hierarchische Strukturen zu beachten. Beide Modelle werden zum besseren Verständnis beispielhaft erläutert.

9.2.1 Das hierarchische Netzwerkmodell nach Collins & Quillian

Das hierarchische Modell, geht von einer hierarchisch angeordneten Struktur unseres Wissens aus. Im Zuge dessen gliedert sich unser Wissen in immer ausdifferenziertere Unterkategorien auf, die immer spezifischeres Wissen kategorisieren (Abbildung 1). Dabei gilt, je spezifischer und untypischer ein Wissensinhalt für eine bestimmte Kategorie ist, desto länger benötigen wir, um dieses Wissen abzurufen und es bewusst der zugehörigen Kategorie zuzuordnen. Dieses Phänomen bezeichnet man gemeinhin als *typicality effect* (Eysenck & Keane, 2010). Demnach gelingt es uns beispielsweise schneller, eine Amsel als Vogel zu identifizieren, als einen Pinguin. Das liegt daran, dass der Pinguin ein weniger repräsentatives Beispiel für einen Vogel darstellt, da er unter anderem nicht fliegen kann.

9.2.2 Das informationstheoretische Modell nach Collins & Loftus

Das informationstheoretische Modell hat sich im Vergleich zum hierarchischen Ansatz allerdings weitaus besser etabliert, da es wesentlich flexibler ist. Mit diesem neuen Ansatz wollte Collins in Zusammenarbeit mit Loftus gegen die stark kritisierte Starre seines hierarchischen Modells vorgehen. Wie genau kann man sich informationstheoretische Modelle vorstellen?

Das informationstheoretische Modell zeichnet sich dadurch aus, dass die verschiedenen Konzepte zur Ordnung unseres Wissens in unserem se-

mentischen Gedächtnis sehr viel weniger geordnet, sondern eher unscharf und „unaufgeräumt“ verankert sind (Collins & Quillian, 1969). Demnach führt die Aktivierung eines Konzeptes durch Hören, Sehen oder bloßes darüber Nachdenken dazu, dass der entsprechende Knotenpunkt im Gedächtnis aktiviert wird. Die Knotenpunkt-Information muss also von aktueller Relevanz für das Individuum sein. Diese Aktivierung breitet sich daraufhin mit abnehmender Intensität in alle Richtungen aus, sodass alle umliegenden und somit mit der ursprünglichen Information assoziierten Knotenpunkte mit nachlassender Intensität aktiviert werden. Dieses Phänomen wird unter Collins und Loftus (1975) *spreading activation theory* genannt. Man kann sich die Aktivierung unseres Wissens demnach metaphorisch wie die Wellen eines Sees vorstellen, die hervorgerufen werden, wenn man einen Stein hineinwirft. Sie ziehen immer größere Kreise, die jedoch mit steigendem Abstand zum Ort des Eintauchens immer schwächer werden. Der Stein stellt hierbei den zuerst aktivierten Knotenpunkt innerhalb des assoziativen Netzwerkes dar.

Die verschiedenen Knotenpunkte fungieren hierbei als unterschiedliche Teile eines assoziativen Netzwerkes von Wissen. Das Wissen kann sich hierbei sowohl qualitativ als auch quantitativ unterscheiden. Diese verschiedenen Aspekte des Wissens werden an den Knotenpunkten in unterschiedliche Gruppen geclustert. Stellt man sich das gesamte Wissen eines Menschen vor, so sind also verschiedene Teile des Wissens verschiedene Knotenpunkte innerhalb dieses Netzwerkes. Diese Knotenpunkte können je nach Relevanz der Information für das Individuum mehr oder weniger in das Netz eingebunden sein und somit zentraler oder weiter außerhalb von bestimmten anderen Thematiken angeordnet sein (Eysenck, 2015). Das informationstheoretische Modell ist demnach weitaus flexibler als das hierarchische. Diese hohe Flexibilität führt jedoch auch dazu, dass präzise Vorhersagen bezüglich möglicher Assoziationen und die generelle Informationsverarbeitung eher schwierig sind. Doch was genau bedeutet das jetzt speziell für das Wissen über uns selbst und somit für unsere Selbstkomplexität?

Auch das selbstbezogene Wissen ist diesem Netzwerk zugehörig und somit ist das Selbst ebenfalls Teil der Informationsverarbeitung an sich. In diesem Sinne muss also auch das Selbst bzw. unser selbstbezogenes Wissen als eigene Gedächtnisstruktur angesehen werden, welche durch Informationsverarbeitung beeinflusst wird und diese in Wechselwirkung gleichermaßen beeinflussen kann. Die Aktivierung dieses Wissens weist allerdings einige Besonderheiten auf.

9.2.3 Kontextabhängigkeit selbstbezogenen Wissens

Unser selbstbezogenes Wissen stellt also einen spezifischen Teil unseres gesamten Wissens dar. Jedoch besitzt es besondere Eigenschaften. Dies postuliert auch Hannover (1997) und betont in Bezug darauf die Kontextabhängigkeit unseres selbstbezogenen Wissens. Sie geht von einem dynamischen und multimodalen Selbst aus, welches sich prozedural immer weiterentwickelt. Hierbei schreibt sie den autobiographischen Informationen eine besondere Bedeutung zu, da gesammelte Lebenserfahrungen nach Hannover mit der Differenzierung und Entwicklung verschiedener Selbstkonstrukte zusammenhängen.

Bis heute gibt es keine allgemeingültige Definition des Begriffs Selbstkonstrukt. Wir bedienen uns in diesem Kapitel jedoch dem Verständnis von Hannover, welches besagt, dass ein Selbstkonstrukt ein kontextabhängiges Cluster von Informationen über uns Selbst sei. Ferner besitze ein Mensch mehrere Selbstkonstrukte, die in ihrer Gesamtheit das Selbstkonzept bilden (Honemann, 2011). Von besonderer Bedeutung ist hierbei die erwähnte Kontextabhängigkeit des selbstbezogenen Wissens.

Nach Honemann (2011) wächst die Zahl der Selbstkonstrukte und somit auch das Selbstkonzept und die Selbstkomplexität eines Menschen mit steigendem Alter und steigender Anzahl an Erfahrungen. Ferner besteht die Repräsentation des Selbst aus einer Vielzahl kontextabhängiger Substrukturen, die untereinander mehr oder weniger stark verbunden sind (Hannover, 1997). Diese Selbstkonstrukte sind je nach Kontext von unterschiedlicher Bedeutung für das Individuum. Die Art der Aktivierung und Informationsverarbeitung unseres selbstbezogenen Wissens wird demnach auch vom aktuellen Kontext beeinflusst. Von besonderer Wichtigkeit ist hier, dass in Abhängigkeit vom Kontext stets nur bestimmte Selbstkonstrukte überhaupt aktivierbar sind. Sind gewisse Aspekte des Selbst also kontextbedingt irrelevant, so können diese nicht über das assoziative informationstheoretische Netzwerk aktiviert werden. Es ist also immer nur eine bestimmte Teilmenge aller Selbstkonstrukte aktiv (Hannover, 1997). Man spricht in diesem Zusammenhang auch vom sogenannten Arbeitsselbst, welches durch sogenannte cues (Hinweisreize) aktiviert und deaktiviert werden kann.

Die Häufigkeit und Intensität der Aktivierung steht darüber hinaus in Wechselwirkung mit der Wichtigkeit des jeweiligen Arbeitsselbst. Stetige, sehr differenzierte Aktivierung eines bestimmten Arbeitsselbst kann die Zugänglichkeit dieser Teilmenge an Selbstkonstrukten in einem solchen Maße erhöhen, dass die Zugänglichkeit dauerhaft bzw. chronisch vorhanden ist und demnach nicht mehr deaktivierbar (Deaux & Major, 1987).

Diese Theorien erläutern also, wie unser selbstbezogenes Wissen abgespeichert ist, in welchem Maße wir dieses abrufen können und wie be-

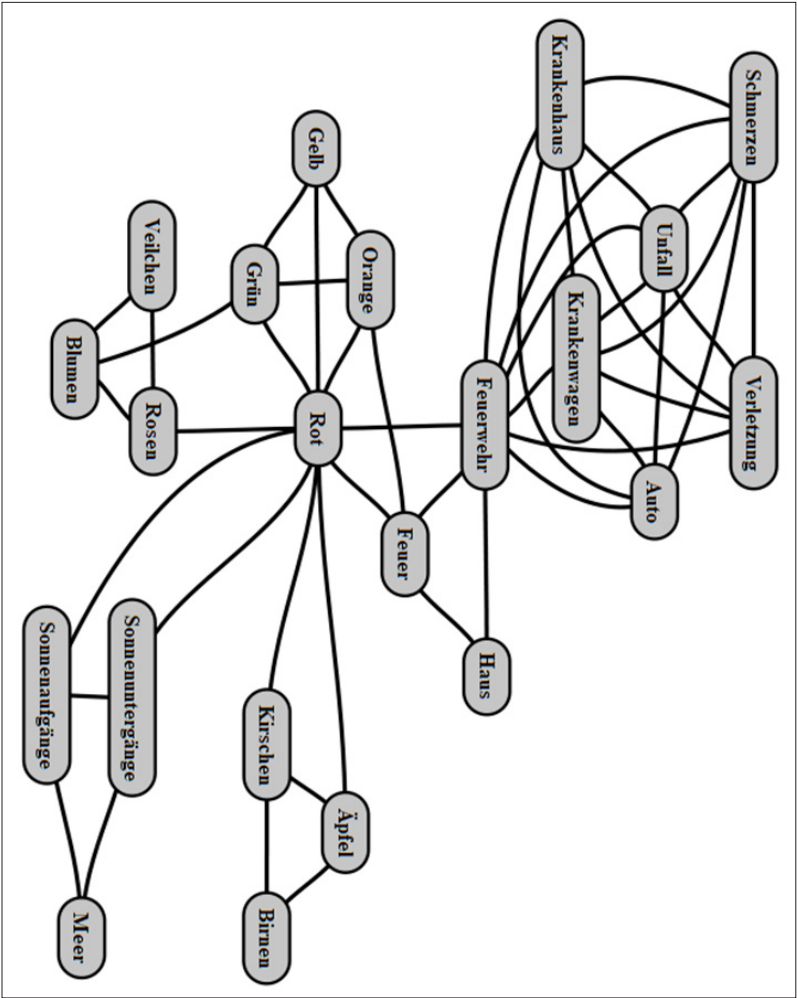


Abbildung 2:
Beispiel eines informations-
theoretischen Netzwerkes nach
der spreading activation theory.
(Anglehnt an Eysenck, 2010.)

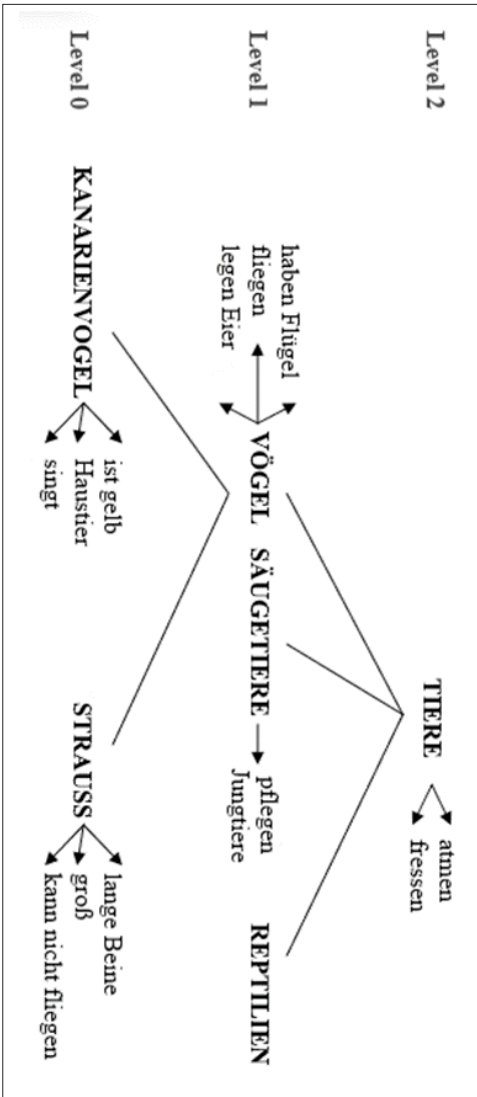


Abbildung 1: Das hierarchische Netzwerkmodell semantischen Wissens. (Angelohnt an Collins & Quillian 1969.)

stimmte Informationen über uns selbst miteinander verknüpft sind. Aber wie genau sieht das selbstbezogene Wissen eines Menschen, der eine möglichst hohe Selbstkomplexität aufweist, aus und inwiefern hilft uns ein komplexes Selbst, um adaptiv mit Stress umzugehen?

9.3 Selbstkomplexität nach Linville

Linville gilt als Begründerin der Forschung zur Selbstkomplexität und des Konzepts selbst. Auch sie geht von einer assoziativen Verknüpfung des Selbstwissens aus, sowie davon, dass die Aktivierung des Wissens kontextabhängig geschieht. Zusätzlich befasst sich ihre Theorie jedoch auch mit weiteren grundlegenden Annahmen bezüglich der Komplexität des Selbst.

9.3.1 Grundlagen

Im Zuge dessen entwickelte sie vier Grundannahmen, welche die Selbstkomplexität als Begriff genauer definieren sollen:

(1) Grundlegende Basis für Linvilles Theorie stellt die Annahme dar, dass das Selbst eine kognitive Struktur mit multiplen Aspekten ist. (2) Ferner definiert sie über die Anzahl und Unabhängigkeit der einzelnen Selbstaspekte die Selbstkomplexität (Honemann, 2011). Selbstaspekte können hierbei, wie bereits erwähnt, synonym zu den schon erwähnten Selbstkonstrukten verstanden werden und die unterschiedlichsten Informationen über uns selbst beinhalten und clustern. Ein Selbst ist also komplex, wenn es aus möglichst vielen disjunkten, also sich gegenseitig ausschließenden bzw. sich nicht überlappenden, Selbstaspekten besteht. Was genau bedeutet das nun für die Praxis?

Stellen wir uns einmal zwei Personen vor. Person A sieht sich selbst in sehr vielen verschiedenen Rollen. So definiert sie sich selbst beispielsweise als Studentin, Schwester, Basketballspielerin, Partnerin sowie Geigerin usw. Diese verschiedenen Rollen differenziert sie relativ klar voneinander, indem sie ihnen unterschiedliche Eigenschaften zuschreibt. Die Unterschiedlichkeit dieser Eigenschaften basiert vermutlich auf vielen unterschiedlichen Lebenserfahrungen, die sie bezüglich ihrer Rollen machen konnte. Diese Person besitzt demnach eine hohe Selbstkomplexität, da sie viele Selbstaspekte bzw. Selbstkonstrukte besitzt, die außerdem klar voneinander abgrenzbar sind, sich also wenig überlappen.

Person B hingegen nimmt sich selbst vor allem als Schüler und Sohn wahr und verknüpft beide Konstrukte sehr eng miteinander, da er ihnen ähnliche Eigenschaften zuschreibt und in beiden Bereichen ähnliche Erfahrungen gemacht hat. Hier kann also von einer geringen Anzahl von

9. SELBSTKOMPLEXITÄT

Tabelle 1: Grundannahmen der Selbstkomplexitätstheorie nach Linville (1985, 1987). Angelehnt an Honemann (2011)

	Grundannahmen	Beschreibung	Beispiel
1.	Das Selbst ist eine kognitive Struktur mit multiplen Aspekten	Die Bildung der Aspekte ist erfahrungsbasiert	Ich als Schwester Ich als Mutter Ich in der Uni
2.	Anzahl (Differentiation) und Grad der Unabhängigkeit (Integration) bestimmen Höhe der Selbstkomplexität	Je mehr Selbstaspekte gebildet werden und je disjunkter diese sind, desto höher ist die Selbstkomplexität	Student: ehrgeizig, ausdauernd, stolz, streng... Mutter: ehrgeizig, streng, liebevoll... Schwester: liebevoll, verständnisvoll...
3.	Kontextabhängige Aktivierung der Selbstaspekte	In einer bestimmten Situation werden Aspekte aktiviert, die in dieser Situation salient sind	Negativer Affekt ausgelöst durch Misserfolg in der Statistikprüfung wird auf den gesamten universitären Bereich übertragen
4.	Generelle Selbsteinschätzung ist eine Funktion der Einschätzung verschiedener Selbstaspekte	Eine gewichtete Bewertung der einzelnen Selbstaspekte führt zu einer generellen Einschätzung des Selbst	Mütter definieren sich im hohen Maße über die Erfolge ihrer Kinder. Wird dort ein Misserfolg erlebt, so wird die negative Bewertung auf das allgemeine Selbst generalisiert

Selbstaspekten mit einer hohen Überlappung der einzelnen Aspekte ausgegangen werden und somit von einer geringen Selbstkomplexität. Der Aufbau unseres assoziativen Netzwerks, der aus unterschiedlicher Differentiation und Integration der Selbstaspekte resultiert, bestimmt somit das Maß unserer Selbstkomplexität. Er ist nach Linville auch für weitere Annahmen von besonderer Wichtigkeit.

(3) Ähnlich wie Hannover bezüglich der Annahmen zum Arbeitselbst (1977) geht Linville davon aus, dass je nach Kontext nur bestimmte Selbstaspekte überhaupt aktivierbar sind und andere gänzlich in den Hintergrund rücken. Dadurch können bestimmte Aspekte, die im assoziativen Netzwerk verschiedene andere Selbstaspekte voneinander trennen oder verbinden, unter Umständen nicht aktiviert werden. Hierdurch verrücken die Assoziationen zwischen den einzelnen Aspekten je nach Kontext, sodass eine Aktivierung der umliegenden Selbstaspekte eines bestimmten Selbstaspektes je

nach Kontext unterschiedlich aussehen kann. Demnach können bestimmte Wissensinhalte durch ein kontextabhängiges Arbeitsselbst näher im Netzwerk beieinander liegen als in anderen Situationen. Wissensinhalte, die also klassischerweise zunächst nicht nah miteinander verknüpft sind und sich überlappen, können also aufgrund eines aktivierten Arbeitsselbts plötzlich doch Überlappungen aufweisen und somit weniger disjunkt sein. Dies hat zur Folge, dass bei einem beispielsweise negativen Erlebnis die Aktivierung, welche zu negativen Gefühlen führt, wie bereits erläutert, durch die spreading activation theory (Collins & Loftus, 1975), auf andere Aspekte übergehen kann, die eigentlich außerhalb der aktuellen Rolle nicht allzu viel mit dem betroffenen Teil des Selbst zu tun haben. Dieses Überschwappen der Aktivierung ist wahrscheinlicher, je höher die Überlappung der einzelnen Aspekte ist bzw. je näher sie sich liegen – also je weniger disjunkt sie sind. Doch wie genau könnte eine solche Überlappung der Aktivierung aussehen?

Dies lässt sich am einfachsten anhand eines Beispiels erläutern. Person C weist eine eher niedrige Selbstkomplexität auf. C besteht eine wichtige Statistik-Prüfung im Studium nicht. Während dieses Misserfolgs werden alle Aspekte, die mit Statistik in Verbindung gebracht werden, aktiviert. Im Kontext der Universität ist es zudem vorstellbar, dass der Selbstaspekt Studium eine hohe Überlappung mit dem zunächst aktivierten Aspekt des Misserfolgs in der Statistikprüfung aufweist. Da Person C zusätzlich noch eine geringe Selbstkomplexität aufweist und somit die Differentiation zwischen den einzelnen Aspekten als eher gering einzuschätzen ist, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass die Ausgangsaktivierung auf den Aspekt Studium überschwappt. Der Misserfolg wirkt sich dann dementsprechend nicht nur auf die Einstellungen und das Wissen bezüglich Statistik aus, sondern kann auch negative Emotionen bezüglich des Studiums im Allgemeinen hervorrufen. Im Vergleich dazu, wäre eine Person D, welche eine höhere Selbstkomplexität aufweist und somit sehr differenzierte Selbstaspekte besitzt, eher gegen eine überschwappende Aktivierung geschützt, da die Wahrscheinlichkeit einer Überlappung verschiedener Selbstaspekte nicht so hoch ist. Ein Misserfolg und die daraus resultierenden negativen Emotionen betreffen dann eher die Statistiklausur selbst, als das Studium im Ganzen. Somit wirkt sich der Misserfolg nicht negativ auf Prüfungen in anderen Bereichen des Studiums aus, während dieses Risiko bei Person C durchaus denkbar ist.

Dieses Phänomen bezeichnet man auch als Spillover-Prozess. Dieser Effekt beschreibt den Umstand, dass der emotionale Einfluss positiver und negativer Ereignisse auf andere Selbstaspekte übergehen kann. Die Stärke des Spillover-Prozesses wird moderiert durch das Maß der Selbstkomplexität. Geringe Selbstkomplexität führt zu höheren Effekten, während hohe Selbstkomplexität die Wirkung limitiert (Honemann, 2011).

(4) Die vierte und letzte Grundannahme Linvilles besagt, dass die generelle Selbsteinschätzung eine Funktion der Einschätzung verschiedener Selbstaspekte ist. Das bedeutet, dass die Selbsteinschätzung eines Menschen aus der gewichteten Einschätzung der einzelnen Selbstaspekte resultiert. Die Gewichtung ist hierbei abhängig von der subjektiven Wichtigkeit eines Selbstaspektes. Diese Wichtigkeit kann sich im Laufe des Lebens immer wieder ändern und somit zu einer neuen Selbsteinschätzung führen. Für eine Schwangere wird zum Beispiel der Selbstaspekt des Mutterseins in den Vordergrund rücken und womöglich eine höhere Gewichtung erhalten als der der Studentin.

Mithilfe dieser Grundannahmen entwickelte Linville zwei zentrale Hypothesen, welche sich zum einen mit der affektiv emotionalen Reaktion auf kritische Ereignisse befassen und zum anderen erklären, inwiefern Stress durch Selbstkomplexität abgepuffert werden kann.

9.3.2 Affektive Extremitätshypothese

Die Affektive Extremitätshypothese besagt, dass die aktuelle Stimmung einer Person ein Resultat der aktuell aktivierten Selbstaspekte darstellt. Das heißt, die aktuelle Stimmung wird nicht nur durch den ursprünglich aktivierten Selbstaspekt bedingt, sondern auch durch die im assoziativen Netzwerk naheliegenden und durch den Spillover-Effekt aktivierten umliegenden Selbstaspekte. Insofern wird deutlich, dass eine geringere Selbstkomplexität zu höheren Stimmungsschwankungen führen kann, da mehr Überlappungen zwischen unterschiedlichen Selbstaspekten vorhanden sind und eine geringe Anzahl an unterschiedlichen voneinander differenzierten, also disjunkten Selbstaspekten vorliegt. Durch diese affektive und unkontrollierte Aktivierung können ebenso affektive Stimmungsschwankungen ausgelöst werden. Zusammenfassend besagt die Affektive Extremitätshypothese also, dass eine niedrige Selbstkomplexität zu häufigeren Stimmungsschwankungen führt, da die affektive Reaktion auf Situationen extremer ausfällt.

9.3.3 Stresspufferhypothese

Darauf aufbauend entwickelte Linville eine Hypothese zur stresspuffernden Wirkung von Selbstkomplexität. Grundannahme dieser Hypothese ist es, dass aus negativen Ereignissen resultierende Gedanken und Emotionen zu einer negativeren Stimmungslage sowie einer geringeren Selbsteinschätzung und anderen Stressreaktionen führen können. Hierzu zählen sowohl körperliche als auch psychische Stressreaktionen und Problematiken. Bei einer niedrigen Selbstkomplexität können solche Ereignisse schnell multip-

le Aspekte des Selbst betreffen, da sich heterogene Merkmale des Selbst aufgrund der geringen Differenzierung und Komplexität des selbstbezogenen Wissens häufiger überlappen wie es bei Person C und der Statistiklausur im obigen Beispiel der Fall war. Demnach ist die Konsistenz des Selbst relativ angreifbar, sofern Stress bzw. Reaktionen auf negative Erlebnisse nicht aufgrund einer hohen Differenzierung einzelner Selbstaspekte gepuffert werden können, wie es zum Beispiel bei Person D der Fall war.

Bei hoher Selbstkomplexität hingegen ist nur ein geringer Teil des Selbst betroffen, sodass ausreichend alternative Selbstaspekte vorhanden sind, die als Puffer für negative Ereignisse dienen können. Demnach sind viele unabhängige Selbstaspekte von Vorteil, um Rückschläge in verschiedenen Lebensbereichen selbstwertdienlich kompensieren zu können.

9.3.4 Forschung Linvilles

Sowohl die affektive Extremitätshypothese, als auch die Stresspufferhypothese werden durch verschiedene von Linville durchgeführte Studien gestützt. Erstere untersuchte sie 1985. In zwei Experimenten fand sie heraus, dass Personen mit geringer Selbstkomplexität extremere Schwankungen in Stimmung und Selbstbewertung aufweisen. Dies zeigte sich im ersten Experiment nach einer Misserfolgs- oder Erfolgsrückmeldung, bei denen Probanden nach einer Aufgabe, die angeblich die logischen Fähigkeiten testete, entweder berichtet wurde, sie gehörten zu den besten oder den schlechtesten zehn Prozent derjenigen, die das Experiment abgeschlossen haben. Personen, die zuvor als weniger selbstkomplex eingestuft wurden, reagierten mit negativeren Gefühlen und mit einer negativeren Selbsteinschätzung auf eine Misserfolgsrückmeldung, als Personen mit hoher Selbstkomplexität. Ebenso fielen die Schwankungen nach einer Erfolgsrückmeldung bei Personen mit geringer Selbstkomplexität positiver und somit extremer aus. Diese Ergebnisse sprechen für die Annahme der affektiven Extremitätshypothese.

Beim zweiten Experiment handelt es sich um ein Feldexperiment, in dem zunächst die Selbstkomplexität der Probanden gemessen wurde. Anschließend wurden die Teilnehmenden aufgefordert, zwei Wochen lang jeden Tag eine Skala zur Messung ihrer emotionalen Befindlichkeit auszufüllen. Auch hierbei zeigte sich, dass Menschen mit geringer Selbstkomplexität eine größere Variabilität hinsichtlich ihres Affekts wahrnehmen.

1987 untersuchte Linville die Stresspufferhypothese, genauer gesagt, ob eine hohe Selbstkomplexität den Effekt von Stress auf Depression und Krankheit moderiert. Die Messung erfolgte zu zwei Zeitpunkten, in einem zweiwöchigen Abstand. Zum ersten Messzeitpunkt wurden Selbstkomplexität und stressvolle Lebensereignisse als Prädiktoren erhoben. Depression und Gesundheitszustand zu Messzeitpunkt eins dienten als Kontrollvaria-

blen. Zwei Wochen später wurden Depression und Gesundheitszustand erneut erhoben, dieses Mal als abhängige Variable. Gemäß den Erwartungen zeigten die Probanden mit einer geringeren Selbstkomplexität zwischen den Messzeitpunkten in Folge von stressvollen Lebensereignissen einen größeren Anstieg von Depressionswerten, wahrgenommenem Stress, Grippe-symptomen und anderen Krankheitssymptomen.

9.4 Forschungsstand

Die Forschungsergebnisse Linvilles lassen sich durch die Ergebnisse verschiedener Studien stützen. Hoch selbstkomplexe Menschen scheinen demnach eine höhere Frustrationstoleranz aufzuweisen (Gramzow, Sedikides, Panter und Insko, 2000). Es konnte außerdem repliziert werden, dass die Häufigkeit von Stimmungsschwankungen negativ mit der Ausprägung der Selbstkomplexität korreliert (Campbell, Chew und Scratchley, 1991). Beide Ergebnisse lassen auf die von Linville angenommene Wirkung von Selbstkomplexität als Stresspuffer schließen.

In einer Studie von Dixon und Baumeister (1991) wurden Personen mit hoher und mit niedriger Selbstkomplexität, nachdem sie eine Misserfolgsmeldung erhielten, dazu aufgefordert einen Aufsatz über ihre Ziele zu schreiben. Diejenigen, die eine niedrige Selbstkomplexität aufwiesen, widmeten der Aufgabe weniger Zeit und schrieben kürzere Aufsätze. Dies deutet darauf hin, dass die weniger komplexen Personen einer Konfrontation mit sich selbst aus dem Weg gehen möchten. Dixon und Baumeister sehen unter anderem den von Linville postulierten Spillover-Prozess als Erklärung für ihren Befund, demzufolge die emotionale Reaktion auf ein Ereignis, das einen bestimmten Selbstaspekt betrifft, sich auch auf andere Selbstaspekte auswirkt. Umso mehr die Selbstaspekte überlappen und desto weniger eine Person besitzt, also umso weniger selbstkomplex eine Person ist, desto mehr wirkt sich der vermeintliche Misserfolg auch negativ auf andere Aspekte des Selbst aus.

Obwohl es einige bestätigenden Befunde gibt, konnte Linvilles Theorie nicht konsistent repliziert werden (zsf. Rafaeli-Mor & Steinberg, 2002). Bei Brown und Rafaeli (2007) erwies sich zum Beispiel unter Verwendung der gleichen Operationalisierung von Selbstkomplexität wie Linville hohe Selbstkomplexität bei akutem Stress sogar als Vulnerabilitätsfaktor. Eine geringe Überlappung der Selbstaspekte, die nach Linville einer der beiden Faktoren für hohe Selbstkomplexität ist, führte bei Alltagsstress sogar zu einer Verstärkung der Folgen von Stress.

Diese Inkonsistenz lässt sich unter anderem durch die Schwierigkeit der Operationalisierung von Selbstkomplexität begründen. Im nächsten Abschnitt wird diese daher näher beleuchtet.

9.4.1 Operationalisierung

Woher weiß man nun, wie selbstkomplex ein Mensch ist? Wie lassen sich, nicht nur alle Aspekte des Selbst erfassen, sondern auch deren Überschneidungen feststellen? Wie kann ermittelt werden, wie eng die beiden Konstrukte Studentin und Geigerin für jemanden verknüpft sind?

Um ein umfassendes Bild aller Selbstkonstrukte zu erhalten, wäre es möglich alle Inhalte des eigenen Selbst (A: Studentin, B: Geigerin, C: Vegetarierin, D: Tagträumerin) aufzuschreiben und mit den korrespondierenden Adjektiven (fleißig, musikalisch, umweltbewusst) sowie damit einhergehenden Bewertungen, Rollen und Verhaltensweisen zu versehen und deren Anzahl sowie Überschneidungen zu betrachten. Dies würde allerdings offensichtlich einen enormen Zeitaufwand bedeuten. Außerdem ist es kaum vorstellbar, dass einer Person alle Aspekte ihres Selbst gleichzeitig präsent sind und sie keinen davon vergisst. Wer also versucht, die Selbstkomplexität eines Menschen zu erfassen, steht vor einer großen Aufgabe.

Trait Sorting Task

Die Methode, die Linville zur Erfassung von Selbstkomplexität wählt, ist der Trait Sorting Task. Den Probanden wird die Aufgabe gestellt, zunächst aus einer Liste von 33 positiven und negativen Eigenschaften wie offen, rebellisch oder faul Gruppen zu bilden, die jeweils ihrem Empfinden nach zusammengehören und einen Aspekt ihres Lebens beschreiben. Dabei müssen nicht alle Items verwendet werden und Eigenschaften dürfen mehrfach verwendet werden. Es können beliebig viele Gruppen gebildet werden, je nachdem, wie die Teilnehmende es für angemessen halten, die Größe der Gruppen ist ebenfalls nicht vorgegeben. Anschließend sollen die gebildeten Gruppen benannt werden (Studentin, Tänzerin, etc.). Für die Bearbeitung der Aufgabe haben die Probanden 30 Minuten Zeit. Die Liste der Eigenschaften stammt aus einem Pretest, in dem Studierende sich selbst charakterisieren sollten. Aus den genannten Attributen wurden diejenigen ausgewählt, die die wesentlichen Lebensbereiche von Studierenden am besten beschreiben (open-ended self-description task, Linville, 1985). Um aus den Ergebnissen des Trait Sorting Tasks einen Wert für die Höhe der Selbstkomplexität zu bilden, wird die H-Statistik verwendet.

H-Statistik

Die H-Statistik dient als Maß der Selbstkomplexität. Sie kombiniert die beiden Aspekte der Selbstkomplexität nach Linville, die Anzahl der Selbstaspekte und deren Unabhängigkeit (Linville, 1987). Bei der H-Statistik han-

delt es sich um ein strukturelles Maß, das den Inhalt der Selbstaspekte nicht berücksichtigt. Dies entspricht der These Linvilles (1985), dass der Inhalt der Selbstaspekte für die Ausprägung der Selbstkomplexität nicht von Bedeutung sei. Die Höhe der Selbstkomplexität ist danach nur von der Anzahl der Selbstaspekte und deren Unabhängigkeit abhängig, nicht aber davon, welche Aspekte eine Person im Einzelnen benennt.

Der sogenannte H-Score dient dabei als Indikator für Überlappungen von Selbstaspekten. Diese werden ermittelt, indem eine Zuordnungsanalyse, der im Trait Sorting Task vorgenommenen Sortierung eines Probanden vorgenommen wird. Dabei werden alle Zuordnungen der Eigenschaften zu den gebildeten Gruppen, beziehungsweise Selbstaspekten betrachtet, indem die Gruppenkombination eines jeden Attributs festgestellt wird. Beispielsweise könnte eine Probandin drei Selbstaspekte gebildet haben: Studentin, Geigerin und Vegetarierin. Das Attribut diszipliniert hat sie den Gruppen Studentin, Geigerin und Vegetarierin zugeordnet (Gruppenkombination A, B, C), während sie die Worte fleißig und engagiert nur den Selbstaspekten Studentin und Geigerin zugeordnet hat (Gruppenkombination A, B). Die beiden Attribute fleißig und engagiert weisen somit die gleiche Gruppenkombination auf, sodass sie und die Selbstaspekte, denen sie zugeordnet wurden eine Überlappung aufweisen.

Ein hoher H-Score steht für eine hohe Selbstkomplexität, also eine hohe Anzahl an Selbstaspekten, die wenig Überschneidungen aufweisen. Der maximale Wert wird dann erreicht, wenn jede Eigenschaft einer anderen Gruppenkombination zugeordnet wird. Die Wahrscheinlichkeit dafür ist höher, wenn mehr Gruppen und somit mehr mögliche Gruppenkombinationen zur Verfügung stehen, sodass beide Aspekte der Selbstkomplexität berücksichtigt werden. Der minimale Wert wird erreicht, wenn alle Eigenschaften einer Gruppe zugeordnet werden oder gar keine Gruppe gebildet wird.

Doch wie gut eignen sich der Trait Sorting Task und der H-Score zur Ermittlung von Selbstkomplexität?

9.4.2 Kritik

Linvilles Operationalisierung von Selbstkomplexität wurde vielfach kritisiert und weist eine geringe Reliabilität und Validität auf (siehe Locke, 2003). Die Gründe dafür werden im Folgenden dargestellt.

Zunächst stellt sich bei Betrachtung des Trait Sorting Tasks die Frage, ob bei der Erfassung von Komplexität eine Limitation auf 33 vorgeschriebene Attribute sinnvoll sein kann, da diese nur einen Bruchteil dessen darstellen, wie eine Person sich sehen kann. Da die Überlappung der Selbstaspekte, über die sich doppelnden Zuordnungen der 33 Adjektive erfasst wird, kann die Ermittlung der Überlappung aufgrund der begrenzten Auswahl nicht

vollständig und differenziert stattfinden. Wie der Name der Aufgabe schon sagt, werden beim Trait Sorting Task außerdem nur Traits, also zeitlich relativ stabile Persönlichkeitseigenschaften sortiert. Selbstkomplexität ist aber um einiges komplexer und bezieht sich auf alle Inhalte des Selbstwissens, zum Beispiel auf das Wissen über eigene Rollen, körperliche Eigenschaften, Aussehen, Fähigkeiten, Beziehungen mit anderen oder biografische Ereignisse, und auch auf Aspekte die unter anderem weniger zeitlich stabil sind, wie Vorlieben oder Zugehörigkeit zu bestimmten Gruppen etc. (Linville, 1985). In Linvilles Experiment zur Prüfung der Stresspufferhypothese verwendet sie zwar eine leicht andere Operationalisierung, indem sie den Probanden keine Traits, sondern 25 Rollen präsentierte, dennoch wird auch hier nur eine Ebene von Selbstkomplexität betrachtet. Bisher wurde außerdem nicht sichergestellt, dass die Messung mittels Traits und Rollen zu gleichen Ergebnissen hinsichtlich des Ausmaßes der Selbstkomplexität eines Probanden führt.

Ein weiteres Problem des Trait Sorting Task ist die Tatsache, dass die Wahl der Attribute sich nicht nur auf die Überlappungen, sondern auch auf die Bildung der Selbstaspekte einer Person auswirken kann. Selbstaspekte sind assoziativ verknüpft, sodass das Triggern bestimmter Attribute oder Selbstaspekte eher zur Aktivierung benachbarter Aspekte führt. Aspekte, die mit diesen Attributen weniger in Verbindung gebracht werden, werden mitunter also gar nicht benannt, da diese während der Testsituation nicht aktiviert sind. Die ausgewählten Attribute beschreiben nach Linville die wesentlichen Lebensbereiche von Studierenden, sodass vermutlich eher Selbstaspekte getriggert werden, die nah mit dem Konstrukt Studierender verwandt sind. So stellten Rafaeli-Mor, Gotlib und Revelle (1999) in einer Untersuchung fest, dass die Höhe des H-Scores von der Zusammensetzung der Itemliste abhängig ist. Dies widerspricht Linvilles (1987) Hypothese der Unabhängigkeit der Höhe der Selbstkomplexität vom Inhalt des Wissens über die eigene Person. Selbst die Testsituation an sich kann nicht als neutral bezeichnet werden, da auch durch sie bestimmte Aspekte eher aktiviert werden, als andere. So finden Testungen häufig in den Räumen der Universität statt, was bei teilnehmenden Studierenden die Aktivierung des Selbstaspekt Studierender begünstigt.

Der Trait Sorting Task eignet sich somit nur bedingt zur Erfassung von Selbstkomplexität, doch wie steht es mit der H-Statistik? Diese stößt an logische Grenzen. Zur Erinnerung, die Gruppenkombinationen ergeben sich daraus, welchen Selbstaspekten ein Attribut zugeordnet wurde, beispielsweise Gruppe A, C und F. Ein anderes Attribut, das den gleichen Gruppen zugeordnet wurde, besitzt die gleiche Gruppenkombination. Der maximale Wert in der H-Statistik kann schon bei sechs Gruppen erreicht werden, da dann mehr als 33 Gruppenkombinationen zur Verfügung stehen

(A, B, C, ..., AB, AC, AD ..., ABC, ABD und so weiter), sodass jedes Attribut einer anderen Kombination von Selbstaspekten zuzuordnen ist und somit keinerlei Überlappungen auftreten. Dies hat zur Folge, dass eine Person mit sechs Selbstaspekten und eine Person mit deutlich mehr Selbstaspekten bei jeweils keiner Überlappung der Selbstaspekte den gleichen H-Score erreichen, obwohl letztere nach Linville eine höhere Selbstkomplexität aufweist. Dies führt zu einem der häufigsten Kritikpunkte der H-Statistik, ihrer eindimensionalen Operationalisierung, die dadurch entsteht, dass die beiden Komponenten Anzahl und Überschneidung der Selbstaspekte in ein einziges Maß zusammengefasst werden (Schleicher & McConnell, 2005).

Eine weitere Kritik an der von Linville verwendeten Methodik besteht darin, dass dadurch zwar die Überschneidung der Selbstaspekte betrachtet werden, nicht aber ihre Beziehungen untereinander, genauer gesagt deren Distanzen. Unter der Annahme des Selbst als assoziativem Netzwerk, ist davon auszugehen, dass bei der Aktivierung eines Selbstaspekts stark assoziierte Aspekte, also Aspekte mit geringer Distanz durch den Spillover Prozess (Linville, 1985, 1987) mit hoher Wahrscheinlichkeit ebenfalls aktiviert werden. Beispielsweise ist es möglich, dass die Aspekte Studium und Karriere oder Mutter und Tochter von einer Person eng miteinander assoziiert werden, sodass sich emotionale Reaktionen bezüglich des einen Aspekts mit hoher Wahrscheinlichkeit auch auf den andere Aspekt auswirken. Somit ist die Distanz der Selbstaspekte von hoher Bedeutung, was sich in Linvilles Messung von Selbstkomplexität nicht widerspiegelt.

9.5 Weiterentwicklungen von Selbstkomplexität

Doch wie lassen sich die genannten Kritikpunkte in Linvilles Forschung zu Selbstkomplexität lösen?

9.5.1 Weiterentwicklung in der Operationalisierung

Um die Beziehungen der Selbstaspekte untereinander zu betrachten, ist es möglich, diese als Kreise darzustellen, die unterschiedlich weit voneinander entfernt sind und daraufhin deren Distanz zu messen. Überlappen sich zwei Kreise, ist ihre Kreisdistanz negativ. Zur Ermittlung der Selbstkomplexität werden die paarweisen Kreisdistanzen aufsummiert und durch die Anzahl der Kreispaare geteilt. Ein hohes Distanzmaß bedeutet eine hohe Unabhängigkeit der Selbstaspekte (Honemann, 2011).

Schleicher & McConnell (2005) entschieden sich außerdem für eine mehrdimensionale Beschreibung des Selbst, indem sie Attribute wie bei-

spielsweise Aussehen, Bewertungen, soziale Kategorien und Verhalten zur Verfügung stellten, um die verschiedenen Selbstaspekte zu charakterisieren. Auch die Beziehungen der Selbstaspekte wurden betrachtet, indem die Attribute in ein Koordinatensystem eingeordnet wurden, um deren räumliche Distanz zu ermitteln. So kann die Distanz zwischen, aber auch innerhalb der Selbstaspekte erfasst werden, was zu einer sehr viel präziseren Messung der Überlappung von Selbstaspekten führt.

9.5.2 Konzeptuelle Weiterentwicklungen

Doch in der Forschung zu Selbstkomplexität blieb es nicht nur bei Weiterentwicklungen in der Operationalisierung. Mit der differenzierteren Messung von Selbstkomplexität ging mitunter auch eine konzeptuelle Weiterentwicklung einher, bei der das Konstrukt der Selbstkomplexität weiter ausdifferenziert wurde. Der Großteil der Forschung zu Selbstkomplexität bezieht sich nur auf das aktuelle Selbst, also das Wissen darüber, wer man selbst zum gegenwärtigen Zeitpunkt ist und welche Fähigkeiten, Merkmale, Eigenschaften und Werte man hat (Higgins, 1987). Doch wir haben nicht nur Wissen darüber, wer wir gerade sind, sondern auch darüber, wie wir mal waren, also über unser vergangenes Selbst (Kihlstrom & Harackiewicz, 1982). Ebenso haben wir eine Vorstellung davon, wie wir zukünftig sein könnten, also von unserem zukünftigen Selbst (Higgins, 1990). Dementsprechend können sich die Erfolge und Misserfolge, die wir erleben nicht nur auf unser aktuelles Selbst, sondern auch auf unser vergangenes oder zukünftiges Selbst auswirken (Singer, 1990). Wenn ich mich beispielsweise als Kind für eine großartige Schachspielerin gehalten habe, heutzutage aber nur noch Niederlagen erlebe und dadurch merke, dass mich mein Vater wohl damals immer gewinnen hat lassen, so hat dies eine Auswirkung auf mein vergangenes Selbst. Die Leistungen im Studium hingegen können sich darauf auswirken, wie man sich später im Beruf sieht, also auf das zukünftige Selbst. Niedenthal, Setterlund und Wherry (1992) differenzierten in ihrer Forschung zwischen dem aktuellen und dem zukünftigen Selbst. Sie gehen davon aus, dass Selbstkomplexität keine stabile Persönlichkeitseigenschaft ist und sich über die Zeit verändern kann. Zunächst konnten sie zeigen, dass die Selbstkomplexität zwischen dem aktuellen und dem zukünftigen Selbst variieren kann. Weiterhin stellten sie fest, dass die Reaktion auf Feedback zu aktuellen Leistungen abhängig von der aktuellen Selbstkomplexität ist, nicht aber von der zukünftigen. Gleichzeitig weisen Personen mit einer hohen zukünftigen Selbstkomplexität geringe Stimmungsschwankungen auf, wenn ihnen Feedback über zukünftige Leistungen zuteilwird.

Negative Selbstkomplexität

Intuitiv erscheint es uns erstrebenswert, eine hohe Selbstkomplexität zu besitzen, da sie ähnlich wie psychisches Wohlbefinden oder Selbstbewusstsein als positiv wahrgenommen wird und sich laut der bisher genannten Forschung als Schutzmechanismus gegen Stress, Frustration und Stimmungsschwankungen erweist. Allerdings ist es ebenso denkbar, sich selbst als einen faulen Studenten, einen erfolglosen Künstler und als einen unzuverlässigen Freund usw. wahrzunehmen und somit ein komplexes negatives Selbst aufzuweisen. Was hätte ein solches Selbstbild zur Folge? Es wäre fraglich, ob die Komplexität in diesem Fall als etwas Positives anzusehen ist. Korrigierende Erfahrungen in Form von positivem Feedback zu einem Selbstaspekt würden sich somit nicht durch einen Spillover-Prozess auf andere negativ konnotierte Aspekte auswirken, da diese voneinander unabhängig sind. Fraglich ist somit, ob die Stresspufferhypothese auch für Menschen mit hoher, aber negativer Selbstkomplexität gilt.

Diese Annahme wird von einigen Studien gestützt, in denen eine Differenzierung zwischen positiver und negativer Selbstkomplexität vorgenommen wurde. Negative Selbstkomplexität geht danach mit negativer Selbstbewertung, psychischen Beschwerden oder psychopathologischer Ausprägung einher. Hohe negative Selbstkomplexität hängt außerdem mit einer Zunahme depressiver Symptomatik über die Zeit zusammen und wird mit einer schlechteren Prognose und einer weniger vollständigen Genesung nach Depressionen verbunden (Woolfolk et al., 1995).

Negative Selbstkomplexität geht zudem mit schlechter Bewältigung negativer Ereignisse einher. Überraschenderweise erwies sich allerdings eine geringe Anzahl negativer Selbstaspekte als positiv für die effektive Bewältigung negativer Ereignisse. Dies gilt allerdings nicht für Personen, die in ihrer Vergangenheit ein Trauma erlitten haben (Morgan und Janoff-Bulman, 1994). Die Gründe dafür gilt es noch zu erforschen. Denkbar ist, dass das Wissen darum, auch negative Selbstaspekte zu besitzen, auf eine realistische Selbsteinschätzung zurückzuführen ist, die wiederum einen dienlichen Faktor für effektive Bewältigung darstellt.

9.5.3 Alternative Messmethoden

Obwohl Linville in ihrer Definition von Selbstkomplexität von generellem Wissen über die eigene Person ausgeht, messen die bisher genannten Messmethoden nicht die mögliche Selbstkomplexität, also das Selbst mit all seinen Aspekten, die dem Individuum theoretisch zugänglich sind oder sein könnten. Stattdessen wird meistens nur die aktuelle Selbstkomplexität betrachtet, also die momentan aktivierten Aspekte des Selbst, die durch

die Wahl der Messsituation und -methode vordergründig assoziativ angesprochen werden. Es ist aber davon auszugehen, dass zum Zeitpunkt der Messung nicht alle Selbstaspekte in ihrer Vielfalt benannt werden können.

Es ist nicht einmal sicher, dass uns alle Aspekte des Wissens über unsere Person überhaupt bewusst sind. Auf den ersten Blick mag es vielleicht paradox erscheinen, etwas über sich zu wissen, ohne dass einem dies bewusst ist. Ein Beispiel dafür ist die Tatsache, dass Sie aller Wahrscheinlichkeit kein Jedi-Ritter sind. Vermutlich haben Sie sich noch nie Gedanken darüber gemacht, es war also nicht in Ihrem Bewusstsein und dennoch können Sie auf die Frage, ob Sie ein Jedi-Ritter sind sehr klar mit Nein antworten. Vielleicht können Sie ebenfalls nicht aus dem Stehgreif sagen, wie weit Sie springen können, es ist Ihnen nicht bewusst. Dennoch haben Sie, wenn Sie beim Wandern an einen Bach geraten, den Sie überqueren müssen eine ungefähre Vorstellung davon, ob Sie mit einem Sprung trockenen Fußes ans andere Ende geraten würden. Diese unbewussten Aspekte des Selbstwissen finden in der Messung von Selbstkomplexität keine Beachtung.

Die vorgestellten Messmethoden haben zudem gemeinsam, dass sie ausschließlich auf Selbstauskunft beruhen, was selbstwertdienliches und sozial erwünschtes Antworten zur Folge haben kann. Doch wie könnte eine alternative Messmethode aussehen?

Es wäre möglich, sich die assoziativen Netzwerke für die Messung von Selbstkomplexität zunutze zu machen. Die Selbstaspekte und korrespondierenden Attribute, wie Eigenschaften oder Rollen, die mit den Selbstaspekten zusammenhängen, könnten durch implizite Messverfahren, wie den Implicit Association Test (IATs) ermittelt werden. Hierzu würden die Probanden zunächst auf die Worte „ich“ oder „ich selbst“ geprimet. Es ist davon auszugehen, dass sie während der anschließenden Aufgabe, bei der ihnen Begriffe präsentiert werden, auf diese schneller reagieren, wenn sie diese mit ihnen selbst assoziieren. So könnten Selbstaspekte mittels einer Reaktionszeitmessung ermittelt werden.

Durch ein anschließendes Priming auf die ermittelten Selbstaspekte können jeweils korrespondierende Attribute erhoben werden, um wie bei Linville anhand dessen Überlappungen festzustellen.

Die implizite Messung von Selbstkomplexität umgeht nicht nur die Tücken der Selbstauskunft. Da die Methode kein bewusstes Abrufen der Inhalte des Selbst erfordert, eignet sie sich womöglich auch, um Aspekte des Selbst zutage zu bringen, die zwar einen Teil der Person ausmachen, die aber derzeit nicht bewusst abrufbar sind. Dies bringt uns vielleicht einen Schritt weiter von der Messung der aktuellen Selbstkomplexität hin zur möglichen Selbstkomplexität eines Individuums.

9.6 Ausblick

Es wird deutlich, dass die optimale Methode zur Erfassung von Selbstkomplexität noch nicht entwickelt wurde und dass eine genaue und fundierte Ausdifferenzierung des Konzepts noch aussteht. Forscher, die sich diesem Thema widmen, werden also weiterhin vor Herausforderungen gestellt. Dies könnte eine Erklärung dafür darstellen, weshalb in den letzten 15 Jahren kaum Forschung zum Thema Selbstkomplexität publiziert wurde.

So wurde beispielsweise der subjektiven Relevanz der Selbstaspekte eines Individuums noch keine Beachtung geschenkt, obwohl Linville postuliert, dass diese für die Selbsteinschätzung von Bedeutung ist. Auch eine dynamische Betrachtung von Selbstkomplexität wird bisher nur selten vorgenommen, obwohl aus dieser große Chancen erwachsen könnten, Selbstkomplexität für die Psychotherapie nutzbar zu machen. Laut Linville (1985) puffert Selbstkomplexität nicht nur Stress, geringere Selbstbewertung und die affektive Wirkung eines erlebten Misserfolgs, sondern auch depressive Reaktionen, Traurigkeit und Angst. Dies gilt es allerdings noch weiter zu erforschen. Außerdem geht sie davon aus, dass die Theorie der Selbstkomplexität sogar ein Erklärungsmodell von Depression darstellen kann. Aus einer geringen Selbstkomplexität resultiert bei stressvollen Lebensereignissen, wie Scheidung, Krankheit oder Kündigung eine negative Selbstbewertung und negativer Affekt, die ihrerseits eine Depression nach sich ziehen können (Linville, 1987). Auch diese Annahme geht mit Implikationen für die Psychotherapieforschung einher. Die Ausdifferenzierung der Selbstaspekte und ihre positive Bewertung sowie die gezielte Aktivierung günstiger Selbstaspekte mithilfe des assoziativen Netzwerkes könnte demnach der Behandlung und Prävention von Depressionen dienen.

9.7 Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Operationalisierung des Konstrukts der Selbstkomplexität noch viele Schwierigkeiten birgt. Denn klar ist, Selbstkomplexität ist sehr viel komplexer, als sie von Linville ursprünglich gesehen wurde. Eine Unterscheidung von positiver und negativer Selbstkomplexität ist von Bedeutung, ebenso wie eine Unterscheidung zwischen dem momentan aktivierten Selbst und der möglichen Selbstkomplexität. Die vereinfachte Betrachtung eines Konstrukts, dass die Bezeichnung „Komplexität“ bereits im Namen trägt, wird diesem nicht gerecht. Dennoch wäre es ein Versäumnis psychologischer Forschung, der Selbstkomplexität aufgrund dessen keine Beachtung mehr zukommen zu lassen. Linvilles Arbeiten bilden den Grundstein für ein psychologisches Konstrukt, das zwar, wie in diesem Kapitel erörtert, noch viele Fragen aufwirft, gleichzeitig aber

einen vielversprechenden Ansatz für die Stressforschung sowie die klinische Praxis darstellt, den es sich lohnt weiterzuverfolgen.

9.8 Literaturverzeichnis

- Brown, G., & Rafaeli, E. (2007). Components of Self-Complexity as Buffers for Depressed Mood. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 21, 310-333.
- Campbell, J. D., Chew, B. & Scratchley, L. S. (1991). Cognitive and emotional reactions to daily events: The effects of self-esteem and self-complexity. *Journal of Personality*, 59, 538-549.
- Collins, A. M., & Loftus, E. (1975). A spreading activation theory of semantic memory. *Psychological Review*, 82, 407-428.
- Collins, A. M., & Quillian, M. R. (1969). Retrieval time from semantic memory. *Journal of Verbal Learning & Verbal Behavior*, 8, 240-248.
- Deaux, K., & Major, B. (1987). Putting gender into context. An interactive model of gender related behavior. *Psychological Review*, 94(3), 369-389.
- Dixon, T. M., & Baumeister, R. F. (1991). Escaping the self: The moderating effect of self-complexity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 363-368.
- Eysenck, M. W. & Keane, M. T. (2010). *Cognitive psychology. A student's handbook* (7th edition). London: Psychology Press.
- Eysenck, M. W. & Keane, M. T. (2015). *Cognitive psychology. A student's handbook* (7th edition). London: Psychology Press.
- Gramzow, R. H., Sedikides, C., Panter, A. T., & Insko, C. A. (2000). Aspects of self-regulation and selfstructure as predictors of perceived emotional distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 188-206.
- Hannover, B. (1997). *Das dynamische Selbst. Die Kontextabhängigkeit selbstbezogenen Wissens* (1. Auflage). Bern: Verlag Hans Huber.
- Honemann, S. (2011). *Selbstkomplexität im Sport. Don't put all your cognitive eggs in one cognitive basket*. Unv. Diss., Universität Münster.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 23, 319-340.
- Higgins, E. T. (1990). Development of self-regulatory and self-evaluative processes: Costs, benefits, and trade-offs. In M. R. Gunnar & A. Sroufe (Eds.), *Selfprocesses in development: Twenty-third Minnesota symposium on child psychology* (pp. 101-138). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kihlstrom, J. E. & Harackiewicz, J. M. (1982). The earliest recollection: A new survey. *Journal of Personality*, 50, 134-148.
- Linville, P. W. (1985). Self-complexity and affective extremity: Don't put all of your eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, 3, 94-120.
- Linville, P. W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663-676.
- Locke, K. D. (2003). H as a measure of complexity of social information processing. *Personality and Social Psychology Review*, 7, 268-280.

- Morgan, H. J., & Janoff-Bulman, R. (1994). Positive and negative self-complexity: patterns of adjustment following traumatic vs. non-traumatic life experiences. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 63-85.
- Niedenthal, P. M., Setterlund, M. B., & Wherry, M. B. (1992). Possible self-complexity and affective reactions to goal-relevant evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 5-16.
- Rafaeli-Mor, E., Gotlib, I. H., & Revelle, W. (1999). The meaning and measurement of self-complexity. *Personality and Individual Differences*, 16, 230-245.
- Rafaeli-Mor, E., & Steinberg, J. (2002). Self-complexity and well-being: A review and research synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 31-58.
- Schleicher, D. J., & McConnell, A. R. (2005). The complexity of self-complexity: An associated systems theory approach. *Social Cognition*, 23, 387-416.
- Singer, J. A. (1990). Affective responses to autobiographical memories and their relationship to long-term goals. *Journal of Personality*, 58, 535-563.
- Thoits, P. A. (1983) Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American Sociological Review* 48, 174-187.
- Woolfolk, R. L., Novalany, J., Gara, M. A., Allen, L. A., & Polino, M. (1995). Self-complexity, self-evaluation and depression: an examination of form and content within the self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 1108-1120.

10. Das implizite Selbst

LISANN KILLIG UND ISABELLE PEIFFERT

10.1 Wer wir sind und wer wir zu sein glauben

Auf die Frage wer wir sind und was uns als Person ausmacht, können viele Menschen vermutlich zunächst eine Antwort finden. Doch wie vollständig sind derartige Beschreibungen des Selbst? Welche Anteile können wir selbst benennen und welche Anteile fallen in einen Bereich des „Unbewussten“? Wer wir sind und wer wir zu sein glauben ist nicht immer kongruent, denn im Rahmen des eher „mystischen“ und abstrakten Konzepts des Selbst scheinen unbewusste Anteile eine nicht zu unterschätzende Rolle zu spielen (Devos, Banaji, Huynh, 2012). Forscher, die sich diesen Fragestellungen angenommen haben, greifen analog zu vielen anderen psychologischen Forschungsbereichen auf die Begriffe „explizit“ und „implizit“ zurück. Konkret fallen dabei unter den Begriff des expliziten Selbst diejenigen Anteile, welche von einer Person im Rahmen einer Selbstbeschreibung benannt werden können. Explizite Anteile des Selbst lassen sich demnach zum Beispiel mit Fragebögen oder Interviews zu dem Selbstkonzept oder dem Selbstwert einer Person direkt erfragen. Die impliziten Anteile des Selbst hingegen liegen in uns verborgen und werden nicht von einer Person selbst berichtet. Sie unterliegen einer automatischen Aktivierung und nehmen somit Einfluss auf die Informationsverarbeitung und auf unser Verhalten (z. B. Back, Schmukle & Egloff, 2009; Wegner & Bargh, 1998). Eine Erfassung dieser automatischen Prozesse erfolgt durch die Betrachtung der Effekte von Stimuli oder deren Eigenschaften auf die Reaktion der Person. Hierbei sind zum Beispiel die Reaktionsgeschwindigkeit oder Fehlerraten gemeint (s. Exkurs Box zum impliziten Testen).

Was implizite Tests wirklich leisten können und über uns verraten, ist in der vorherrschenden Literatur umstritten (Gawronski & De Houwer, 2014). Festzuhalten ist jedoch in jedem Fall, dass auf unterschiedlichen Facetten des Selbst die expliziten und impliziten Anteile divergieren können (z. B. Greenwald & Farnham, 2000) und Einfluss auf unser Verhalten nehmen (z. B. Asendorpf, Banse & Mücke, 2002; Back, Schmukle & Egloff, 2009). Gerstenberg und Schmitt (2012) sprechen in ihrem Artikel daher von den „zwei Gesichtern des Selbst“. Eine Unterscheidung zwischen explizit und

implizit hat sich demnach als sinnvoll herausgestellt. So kann es zum Beispiel sein, dass jemand, der mit Überzeugung behauptet niemanden aufgrund von Hautfarben oder Äußerlichkeiten zu diskriminieren oder anders zu bewerten, mittels eines impliziten Tests dabei ertappt wird, dies doch zu tun. Zu diesen Schlussfolgerungen kamen Greenwald, McGhee und Schwartz (1998) im Rahmen ihrer Studie zu impliziten Vorurteilen. Die Ergebnisse dieser Studie lösten großes öffentliches Interesse aus und die Wissenschaft antwortete mit einer Vielzahl an Forschungsarbeiten zu impliziten Einstellungen und Vorurteilen (z. B. Banse, Seise & Zerbes, 2001; Devine, 1989). Dass sich implizite Anteile des Selbst nicht nur im Bereich der Einstellungen und Vorurteile finden lassen, sondern auch im Rahmen des Selbstwerts und des Selbstkonzepts eine Rolle spielen, konnten Studien bereits bestätigen (z. B. Greenwald & Farnham, 2000; Spalding & Hardin, 1999; Asendorpf, Banse & Mücke, 2002). Wieviel wissen wir also wirklich über uns Selbst?

Die folgenden Abschnitte bieten zunächst eine Übersicht wichtiger empirischer Erkenntnisse der letzten Jahrzehnte mit Blick auf das implizite Selbstkonzept und den impliziten Selbstwert (Abschnitt 2). Es soll außerdem unter Zuhilfenahme der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen von Kuhl (2001, 2010) beleuchtet werden, welche Prozesse impliziten und expliziten Anteilen des Selbst zugrunde liegen und in welchem Zusammenhang diese miteinander stehen (Abschnitt 3). Es ist dabei empfehlenswert, die im Folgenden genannten Erkenntnisse zum impliziten Selbst mit Berücksichtigung der in Abschnitt 4 genannten Einschränkungen zum impliziten Testen kritisch zu hinterfragen.

10.2 Ausgewählter Forschungsüberblick

Die Konstrukte Einstellungen, Selbstkonzept und Selbstwert zählen zu den populärsten Begriffen unter den Sozialpsychologen und wurden bereits in den Jahren 1996-1998 in 90% der Artikel des „Journal of Personality and Social Psychology“ genannt (Greenwald, Rudman, Nosek, Banaji, Farnham & Mellot, 2002). In den letzten Jahrzehnten entwickelte sich die Erforschung von impliziten Anteilen der genannten Konstrukte zu einem wichtigen Forschungsbereich. Insbesondere das Bewerten von Einstellungen mittels impliziter Messungen wurde sowohl von der Öffentlichkeit als auch in der Wissenschaft stark beleuchtet. Diese impliziten Einstellungen werden als Assoziationen verstanden, die sich aus vergangenen Erfahrungen gebildet haben und dazu führen, dass eine positive oder negative Attribution bezüglich sozialer Objekte vorliegt (Greenwald & Banaji, 1995). Attributionen beeinflussen wiederum unser Verhalten. Diese Verkettung wurde von

Banaji und Greenwald (2015) in ihrem Buch „Vor-Urteile“ zusammenfassend dargestellt. Doch auch für die Konstrukte des Selbstkonzepts und des Selbstwerts kann von impliziten Anteilen ausgegangen werden (z. B. Devos, Huynh, Banaji, 2012). Welchen Einfluss diese impliziten Anteile auf unser Verhalten haben, wie sie sich unterscheiden und welche Relevanz sie in unserem Alltag zeigen, soll in den zwei folgenden Abschnitten übersichtsartig betrachtet werden.

10.2.1 Das implizite Selbstkonzept

Eine der bekanntesten Kategorisierungen in der Persönlichkeitspsychologie sind die Big Five Dimensionen nach Costa & McCrae (1997), die seit 2004 mittels der deutschen, revidierten Version des sogenannten NEO-PI-R (Ostendorf & Angleitner, 2004), dem populärsten Fragebogen zur Erfassung der Dimensionen (Rammseyer, 2010), erfasst und für Studien genutzt werden können (Ostendorf & Angleitner, 2004). Schmukle, Back und Egloff (2008) beschäftigten sich mit der Fragestellung, ob dieses häufig genutzte Modell auch für das implizite Selbstkonzept angenommen werden kann. Ihre Ergebnisse konnten zeigen, dass die Big Five auch für die implizite Persönlichkeit ein adäquates Konzept darstellen. Die Korrelationen zwischen den expliziten und impliziten Dimensionen waren dabei gering.

Aufbauend auf den Erkenntnissen der genannten Studie untersuchten Back, Schmukle und Egloff (2009), ob tatsächliches Verhalten auf Grundlage des expliziten und impliziten Selbstkonzepts vorhergesagt werden kann. Die Ergebnisse konnten zeigen, dass anhand des expliziten Selbstkonzepts dies für alle Big Five Dimensionen möglich war. Da die Messungen zur Vorhersage von Verhalten aus expliziten Anteilen signifikant, aber nicht erschöpfend waren, schlussfolgerten die Forscher, dass direkte Messungen der Persönlichkeit hinreichend, aber nicht ausreichend sind. Bei den impliziten Messungen ergaben sich vielfältige Ergebnisse. Während mittels impliziten Neurotizismus und Extraversion ebenfalls tatsächliches Verhalten vorhergesagt werden konnte, galt dies nicht für die implizite Offenheit und die implizite Gewissenhaftigkeit. Bezüglich der Verträglichkeit war es möglich, mit Hilfe der impliziten Verträglichkeit Verhalten vorherzusagen, aber nur unter der Prämisse, dass die explizite Verträglichkeit kontrolliert wurde. Die gefundenen Unterschiede in den Dimensionen der Big Five wurden von den Autoren darauf zurückgeführt, dass eine Aktivierung von gewissenhaftem und offenem Verhalten, anders als bei Neurotizismus und Extraversion, weniger auf impulsive und automatische Prozesse und stattdessen eher auf reflektive Prozesse zurückgreift. Insgesamt konnten die Autoren zeigen, dass durch die Hinzunahme der impliziten Messungen der Persönlichkeit die Vorhersage von Verhaltensweisen verbessert werden kann. Der

Einfluss des impliziten Selbstkonzepts der Persönlichkeit schien dabei unabhängig von dem Einfluss des expliziten Selbstkonzepts der Persönlichkeit zu sein (Back, Schmukle & Egloff, 2009).

Dieser Sachverhalt zeigte sich auch in anderen spezifischen Kontexten wie zum Beispiel moralischen Handlungen oder schüchternem Verhalten. Perugini & Leone (2009) konnten in ihrer Studie zeigen, dass die explizite Messung der eigenen Moral nicht ausreichte, um Verhalten vorherzusagen, sondern lediglich prädiktiv für hypothetische, moralische Evaluationen war. Mittels der indirekten Messung konnte moralisches Verhalten hingegen vorhergesagt werden. Asendorpf, Banse & Mücke (2002) zeigten in ihrer Studie in einem experimentellen Setting, dass implizite Schüchternheit prädiktiv für spontan schüchternes Verhalten (z. B. Körperspannungen) sind kann, während explizite Selbstauskünfte ausschließlich kontrolliert schüchternes Verhalten (z. B. Sprache, Gestik) vorhersagen können.

Die Ergebnisse der genannten Studien legen nahe, dass wir nicht immer dazu in der Lage sind gänzlich auszudrücken, warum wir uns verhalten, wie wir uns verhalten. Implizite Informationen in Bezug auf unser Selbstkonzept bieten inkrementellen Informationsgewinn zu expliziten Auskünften, wenn es um die Vorhersage von unterschiedlichem Verhalten geht. Weitergehend lässt sich vorerst festhalten, dass dem Einfluss von impliziten und expliziten Anteilen unseres Selbstkonzepts auf unser Verhalten unterschiedliche Prozesse zugrunde liegen. Eine genauere Betrachtung dieser Prozesse unter Bezugnahme auf die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen von Kuhl (2001, 2010) erfolgt in Abschnitt 3.

Exkurs Box: Implizites Testen

Heutzutage existiert eine große Vielfalt an impliziten Tests, denen unterschiedliche Paradigmen und Strukturen zugrunde liegen. Um eine Idee davon zu vermitteln, wie eine implizite Messung aussehen kann, wird im Folgenden exemplarisch der Implicit Association Test (IAT; Greenwald, McGhee & Schwartz, 1998) skizziert.

Implicit Association Test (IAT; Greenwald, McGhee & Schwartz, 1998)

Der IAT erfasst über die Reaktionszeiten des Probanden implizite Assoziationen. Er besteht aus fünf Blöcken. Die Aufgabe des Probanden besteht darin, Stimuli, die in der Mitte des Bildschirms präsentiert werden, per Tastendruck so schnell und fehlerfrei wie möglich, einer von zwei bzw. zwei von vier möglichen Kategorien zuzuordnen. Die Zuteilung der Stimuli erfolgt auf folgenden Kategorien:

Block 1: selbstrelevant vs. nicht-selbstrelevant

Block 2: unangenehm vs. angenehm

Block 3: selbstrelevant oder angenehm vs. unangenehm oder nicht-selbstrelevant

Block 4: unangenehm vs. angenehm

Block 5: selbstrelevant oder unangenehm vs. nicht-selbstrelevant oder angenehm

Das zentrale Ergebnis bildet sich aus den mittleren Reaktionsgeschwindigkeiten im Vergleich von Block 3 zu Block 5. Die zeitliche Differenz dient als Indikator dafür, wie stark verschiedene Stimuli mit dem Selbst verbunden sind, das heißt wie viel leichter oder schwerer es dem Probanden fällt, angenehme oder unangenehme Reize mit selbstrelevanten Stimuli in Verbindung zu bringen.

10.2.2 Der implizite Selbstwert

Der Selbstwert wird als eine evaluative Komponente verstanden, die dadurch definiert wird, welchen Wert sich ein Mensch selbst zuordnet. Der explizite Selbstwert umfasst Bewertungen des Selbst, die der eigenen Person zugänglich sind. Diese Bewertungen sind das Ergebnis sowohl kognitiver Prozesse, als auch der aktiven Verarbeitung selbstrelevanter Stimuli und differenzierter Selbstbewertungen (Bosson, Brown & Zeigler-Hill, 2003; Creemers, Scholte, Engels, Prinstein & Wiers, 2012; Kernis, 2003). Er kann definiert werden als die Assoziation des Selbst mit einer positiven Valenz (Greenwald et al., 2002). Der implizite Selbstwert beschreibt einen introspektiv unbewussten Effekt der Selbstbewertung auf Objekte, die mit dem Selbst assoziiert oder dissoziiert werden (Greenwald & Banaji, 1995). Er kann auch als eine automatische Selbstevaluation verstanden werden (Falk & Heine, 2014). Quirin, Fröhlich & Kuhl (2018) konnten auf neurologischer Basis feststellen, dass eine Unterscheidung in implizite und explizite Anteile des Konstruktes unabdingbar ist. Ihre Studie zeigt, dass die rechte Gehirnhälfte das implizite Selbst unterstützt, während ein solches Ergebnis nicht für den expliziten Selbstwert und Affekt erzielt werden konnte.

Analog zu dem impliziten und expliziten Selbstkonzept (siehe Abschnitt 10.2.1) konnte auch mit impliziten Messungen des Selbstwerts bestimmtes Verhalten vorhergesagt werden. In einer Studie von Rudolph, Schröder-Abé, Riketta & Schütz (2010) konnte der explizite Selbstwert vor allem kontrolliertes Verhalten vorhersagen, während implizite Messungen des Selbstwerts spontanes, selbstbewusstes Verhalten vorhersagen konnten. Die Autoren der Studie schlussfolgerten, dass der implizite und der explizite Selbstwert mit unterschiedlichen Informationsverarbeitungssystemen

men verbunden sind und daher unterschiedliches Verhalten vorhergesagt werden kann. Für Verhaltensweisen, denen impulsive Prozesse zugrunde liegen, stellt der implizite Selbstwert den besseren Prädiktor dar. Ähnliche Befunde bieten auch andere Studien. Spaldin & Hardin (1999) untersuchten Probanden während eines entweder selbstrelevanten- oder selbstirrelevanten Interviews bezüglich der non-verbalen Angst, der selbstberichteten Angst und „Selbst Handicapping“. Ihre Ergebnisse lieferten Evidenz dafür, dass impliziter Selbstwert non-verbales Angstverhalten vorhersagen konnte, wohingegen der explizite Selbstwert ein guter Prädiktor für selbstberichtete Angst und „Selbst Handicapping“ war. Auch Peterson & DeHart (2013) zeigten in ihrer Studie zu „Relationship-Threats“, dass Probanden mit einem hohen (vs. niedrigem) impliziten Selbstwert mehr positives nonverbales Verhalten gegenüber ihrem Partner/ ihrer Partnerin in Konfliktsituationen zeigten, unter der Bedingung, dass dieser aus Sicht des Probanden ein hohes Commitment aufwies.

Insgesamt kann die Auswahl an oben genannten Studien zeigen, dass der implizite Selbstwert Einfluss auf spontanes und impulsives Verhalten nimmt. Vergleichbar zum Selbstkonzept kann auch in Bezug auf den Selbstwert von unterschiedlichen Prozessen der Informationsverarbeitung ausgegangen werden. Dies wird insbesondere durch den zuvor genannten Befund von Quirin, Fröhlich & Kuhl (2018) gestützt, dass der implizite Selbstwert und der explizite Selbstwert auch neurologisch unterschiedlich verortet sind.

10.3 Die PSI-Theorie und das Selbst

Ein kurzer Rückblick auf die eingangs gestellte Frage: Wieviel wissen wir wirklich über uns Selbst? Die vorherigen Abschnitte legen die Annahme nahe, dass es sich, bezogen auf den Einfluss impliziter und expliziter Anteile des Selbst auf unser Verhalten, um unterschiedliche Prozesse der Informationsverarbeitung handelt. Was wir über uns selbst explizit berichten, stellt offenbar eine limitierte Auswahl von Ergebnissen bewusster Prozesse dar. In welchem Ausmaß diese Selbstbeschreibungen zutreffen, ist davon abhängig, wie gut unser Selbstzugang ist (Kuhl, 2001, 2010). In der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen von Kuhl (2001, 2010), kurz PSI-Theorie, wird das (implizite) Selbst als Teil eines Netzwerksystems mit hohem Integrationscharakter gesehen. In komplexen interpersonellen Gefügen, wie menschliche Beziehungen es sind, genügt es nicht sich auf Einzelheiten wie z. B. dem gerade Gesagten zu konzentrieren. Es benötigt einen integrativeren, holistischeren Blick auf das Gegenüber, um adäquat in Interaktion treten zu können. Die PSI-Theorie liefert einen theoretischen Rahmen, um die Komplexität der Prozesse hinter impliziten und explizi-

ten Anteilen des Selbst zu erklären und gibt Aufschluss darüber, was unter einem guten Selbstzugang verstanden werden kann. Hierfür soll im Folgenden zunächst ein kurzer Einblick in die PSI-Theorie vermittelt werden. Es handelt sich dabei lediglich um eine oberflächliche Übersicht der in der Theorie postulierten Systeme. Eine detaillierte Erläuterung der PSI-Theorie findet sich zum Beispiel in dem Buch „Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme“ von Julius Kuhl (2001). Im Anschluss wird die Bedeutung der PSI-Theorie für das implizite Selbst und das explizite Selbst unter dem Einbezug der bereits berichteten, sowie weiterführenden empirischen Befunde diskutiert.

10.3.1 Die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI-Theorie)

Mit der PSI-Theorie postuliert Julius Kuhl (2001, 2010) eine Theorie der Persönlichkeit, die das wechselseitige Zusammenwirken von vier intrapsychischen, kognitiven Systemen über die Affekte erklärt. Durch interindividuelle Schwerpunkte in den kognitiven Systemen und deren Zusammenspiel über die Affekte können sich Unterschiede im Erleben und Verhalten sowie Unterschiede motivationaler Art innerhalb einer Person und über verschiedene Personen hinweg erklären lassen (Quirin & Kuhl, 2009).

Das Intentionsgedächtnis, als eines der zwei für unsere Zwecke relevantesten Systeme der PSI-Theorie, wird dann aktiv, wenn eine vom Individuum gesetzte Absicht nicht ohne weiteres umgesetzt werden kann. Es bildet eine analytisch-rationale Form des handlungsvorbereitenden Denkens (Quirin & Kuhl, 2009), das einer sequentiellen „Wenn-Dann-Logik“ folgt. Eine Absicht wird solange aufrechterhalten, bis die Randbedingungen zur Absichtsumsetzung optimal sind. Ist dies der Fall, bahnt eine Heraufregulierung von positivem Affekt eine antagonistische Verbindung zur intuitiven Verhaltenssteuerung als absichtsumsetzendes System. Die intuitive Verhaltenssteuerung wird von Kuhl (2001, 2010) als ein ganzheitlich und parallel arbeitendes System beschrieben. Verhalten, das über die intuitive Verhaltenssteuerung gesteuert wird, unterliegt unbewussten Kontrollmechanismen und ist durch Spontanität und Flexibilität gekennzeichnet. Ein weiteres System stellt das Objekterkennungssystem dar. Es charakterisiert sich durch eine präzise und auf Feinheiten spezialisierte Wahrnehmungsleistung. Damit bildet das Objekterkennungssystem das Gegengewicht zur eher vage arbeitenden, intuitiven Verhaltenssteuerung. Es ist im Vergleich zur intuitiven Verhaltenssteuerung störanfälliger und durch die Fokussierung auf Diskrepanzen insbesondere in bedrohlichen Situationen elementar. Sowohl die intuitive Verhaltenssteuerung, als auch das Objekterkennungssystem sind nach Kuhl (2001, 2010) dem Intentionsgedächtnis, sowie

dem Extensionsgedächtnis (im Folgenden erläutert) hierarchisch untergeordnet.

Im Extensionsgedächtnis werden autobiografisches Wissen und gesammelte Erfahrungen abgespeichert. Über die affektgebundene Verbindung zwischen Objekterkennungssystem und Extensionsgedächtnis können sowohl Sinnesempfindungen, als auch kognitive und emotionale Bestandteile der Psyche eines Individuums zu komplexen, holistischen und assoziierten Netzwerken im Extensionsgedächtnis integriert werden. Das Ausmaß des Integrationscharakters gibt dem Individuum die Möglichkeit, sich in komplexen Situationen flexibel und intuitiv zu verhalten, da auf die ganzheitlich angelegten Erfahrungswerte und Verhaltensoptionen zurückgegriffen werden kann. Die Arbeitsweise des Extensionsgedächtnisses weist keine Bewusstseinspflicht auf und läuft parallel-holistisch ab. Damit stellt das Extensionsgedächtnis einen Kontrast zum rational-sequentiell arbeitenden Intensionsgedächtnis dar. Ein eingeschränkter Zugang zum Extensionsgedächtnis verhindert den Zugriff auf eigene Gefühle, Gedanken und Erfahrungen. Folglich können das Denken und Handeln in komplexen Situationen blockieren. In einem solchen Fall, ist ein Abgleich zwischen bewusst gefassten Zielen über das Intensionsgedächtnis und den implizit vorliegenden Selbstrepräsentationen im Extensionsgedächtnis kaum möglich. Es resultiert eine defizitäre Selbstkongruenz.

10.3.2 Das implizite und explizite Selbst als System-Interaktionen

Den Ausführungen zur PSI-Theorie kann entnommen werden, dass das Selbst dem parallelen und integrativen Netzwerk des Extensionsgedächtnisses zugeordnet wird, welches implizite Repräsentationen verschiedener Handlungsoptionen, eigener Bedürfnisse, Ziele, Vorlieben und anderer selbstrelevanter Informationen umfasst. Diese Informationen sind größtenteils unbewusst (Kuhl, 2001). Das Selbst, wie Kuhl es im Rahmen des Extensionsgedächtnisses beschreibt, wird synonym zum impliziten Selbst verwendet (Baumann, Kazén, Quirin, Koole, 2018; Kuhl & Strehlau, 2014) und grenzt sich vom expliziten Selbst ab. Das explizite Selbst basiert, laut PSI-Theorie, eher auf einer sequenziell-analytisch, bewussten Informationsverarbeitung von Wissen über die eigene Person und kann dem Intensionsgedächtnis zugeordnet werden (Baumann et al., 2018; Kuhl & Strehlau, 2014). Auch auf neurobiologischer Ebene können diese Prozesse der Informationsverarbeitung unterschieden werden. Die bereits zuvor genannte Studie von Quirin, Fröhlich & Kuhl (2018), sowie bereits Deglin und Kinsbourne (1996) konnten zeigen, dass explizite, sequenziell-analytische Selbstanteile eher durch die linke Hemisphäre vermittelt werden, während

implizite Selbstanteile als Elemente eines integrativ-holistischen Netzwerks eher rechtshemisphärisch verortet werden können.

Mit Blick auf die Annahmen der PSI-Theorie überraschen die in Abschnitt 2 genannten Befunde eher wenig. Die Autoren Back, Schmukle & Egloff (2009) nehmen für die gefundenen Unterschiede in den Dimensionen der Big Five an, dass eine Aktivierung von gewissenhaftem und offenem Verhalten, anders als bei Neurotizismus und Extraversion, weniger auf impulsive und automatische Prozesse und stattdessen eher auf reflektive Prozesse zurückgreift. Auch die Studie von Rudolph et al. (2010) lässt schlussfolgern, dass für Verhaltensweisen, denen impulsive Prozesse zugrunde liegen, der implizite Selbstwert den besseren Prädiktor darstellt. Dies legitimiert die Annahme, dass die beiden Konstrukten des impliziten und expliziten Selbst auf unterschiedlichen Netzwerken, sprich Systemen, basieren, die sich in ihrer Flexibilität und ihrem Einfluss auf intuitive oder kontrollierte Verhaltensweisen unterscheiden. Die Ergebnisse der Studie von Asendorpf, Banse & Mücke (2002), dass explizite Selbstauskünfte ausschließlich kontrolliert schüchternes Verhalten wie beispielsweise Sprache vorhersagen können, geht ebenfalls mit den neurobiologischen Befunden einher, dass das explizite Selbst eher der sprachfähigen und analytischen linken Hemisphäre zugeordnet werden kann (Wittling 1990; Quirin, Fröhlich & Kuhl; 2018). Implizite Selbstanteile und damit zum Beispiel vorher-sagbares non-verbales Verhalten in komplexen menschlichen Interaktionen (Peterson & DeHart, 2013; Spaldin & Hardin, 1999) unterliegt der rechtshemisphärischen Fähigkeit ausgedehnte Zusammenhänge zu integrieren, wie sie im Rahmen des Extensionsgedächtnisses beschrieben wird (Kuhl, 2001, 2010). Eine Einordnung der impliziten und expliziten Selbstanteile in das Extensions- und Intentionsgedächtnis scheint demnach sinnvoll. Doch wann wird welches dieser Systeme aktiv und gibt es interindividuelle Unterschiede in der Güte des Selbstzugangs? Nach der PSI-Theorie wird der Zugang zum Extensionsgedächtnis, und damit zum impliziten Selbst, durch negativen Affekt gehemmt (Baumann & Kuhl, 2002; Kazén, Baumann & Kuhl, 2003). Dies schützt das Selbst in gewisser Weise vor selbstinkongruenten, neuen Informationen. Durch die Regulation des negativen Affektes werden diese neuen Informationen in einen großen autobiografischen Kontext eingebettet (Kuhl, 2001, 2010). Es besteht also eine inhibitorische Beziehung zwischen dem Selbstzugang und negativem Affekt.

Wie gut die Regulation des Affektes jedem einzelnen gelingt, ist von Mensch zu Mensch verschieden und hat seinen Ursprung in der Kindheit. Entwicklungspsychologen haben herausgefunden, dass Kinder das Regulieren ihrer Emotionen durch die Interaktion mit den Eltern über Konditionierungsprozesse erlernen (Kullik & Petermann, 2012). Aus der Qualität, wie gut Personen in der Lage sind, ihre Affekte zu regulieren, resultieren Persönlichkeitsunter-

schiede, die im Rahmen der Handlungskontrolltheorie als Handlungs- und Lageorientierung bezeichnet werden (Kuhl & Beckmann, 1994). Einer handlungsorientierten Person gelingt es auch im Zuge widriger Rahmenbedingungen negative Affekte über selbstkonfrontative Maßnahmen zu regulieren. Lageorientierte Personen hingegen können die gehemmte Verbindung zwischen dem Objekterkennungssystem und dem Extensionsgedächtnis über eine Regulierung des negativen Affekts weniger gut aufheben. Negative Erfahrungen werden somit seltener in das Extensionsgedächtnis integriert. Ein gut integriertes Selbst weist jedoch eine Sensibilität für solch negative Erfahrungen auf und schützt durch eine größere Breite an Handlungsoptionen in Situationen mit hoher Stressintensität (Kuhl, 2001, 2010). Die in Abschnitt 2 genannte Studie von Peterson & DeHart (2013) zeigt, dass Probanden mit einem hohen impliziten Selbstwert mehr positives nonverbales Verhalten gegenüber ihrem Partner/ ihrer Partnerin in Konfliktsituationen zeigten, unter der Bedingung, dass dieser aus Sicht des Probanden ein hohes Commitment aufwies. Auf Grundlage dieser Ergebnisse könnte argumentiert werden, dass die Bedingung des hohen Commitments die Herabregulation des mit der Konfliktsituation einhergehenden, negativen Affektes erleichterte und ein verbesserter Zugriff auf das Extensionsgedächtnis möglich war. Koole & Jostmann (2004) konnten aus ihrer Studie schlussfolgern, dass Selbstzugang der Mediator für eine verbesserte Selbstregulation von handlungsorientierten Personen ist.

Was ist jedoch, wenn unser Selbstzugang blockiert ist und explizite Auskünfte über das Selbst stark von impliziten Messungen abweichen und wer wir sind, nicht einhergeht mit dem, wer wir zu sein glauben? Baumann und Kuhl (2003) sprechen in diesem Kontext von Selbstinfiltration. Damit ist gemeint, dass Erwartungen, Wünsche oder Instruktionen von anderen für selbstgewählt gehalten werden. Dies kann vor allem dann auftreten, wenn übermäßiger negativer Affekt (z. B. starker beruflicher Stress) nicht herabreguliert werden kann und den Zugang zum integrativen Selbst (dem Extensionsgedächtnis) reduziert. Insgesamt wirkt sich ein solcher Zustand negativ auf die Motivation und Vitalität einer Person aus (Baumann, Kazén, Quirin, Koole, 2018) und es lässt sich festhalten, dass ein Zugang zu impliziten Anteilen des Selbst über die Aktivierung des Extensionsgedächtnisses sich positiv auf unser Wohlbefinden auswirkt. Kuhl & Strehlau (2014) benennen in ihrem Buch „Handlungspsychologische Grundlagen des Coachings“ einige Strategien, die eingesetzt werden können, um diesen Zugang zu fördern und resultierend daraus zuverlässigere und weniger verfälschte Informationen über die Ziele und Einstellungen einer Person erfahren zu können. Hierzu wird zur Aktivierung des Extensionsgedächtnisses beispielsweise das Anbieten mehrerer Wahlmöglichkeiten oder das Erbitten differenzierterer Meinungsäußerungen genannt. Ein analytisches

„Entweder-oder-Denken“ wird dadurch unterbunden und das integrierte (implizite) Selbst aktiviert.

10.4 Kritisches Schlusswort

In Ihrem Buch „Vor-Urteile“ zitieren Banaji und Greenwald (2015) eine E-Mail, die sie als Rückmeldung auf einen Test zur Messung der impliziten Vorliebe zu Oprah Winfrey oder Martha Stewart erhielten:

„Liebe Harvardler, es gäbe nichts, was mich dazu bewegen könnte, Martha Stewart jemals Oprah Winfrey vorzuziehen. Bitte arbeitet an Eurem Test. Mit freundlichen Grüßen Frank“ (S. 13).

Ähnlich wie dem Verfasser dieser E-Mail geht es wohl vielen Personen, deren Testergebnisse nicht mit ihren expliziten Überzeugungen über das eigene Selbst im Einklang sind. Das eine Differenzierung zwischen expliziten und impliziten Anteilen des Selbst sinnvoll ist, haben die bisher genannten Studien gezeigt. Baumann und Kuhl (2003) würden vermutlich im Rahmen des angeführten Beispiels mit dem zuvor beschriebenen Konzept der Selbstinfiltration argumentieren. Losgelöst von den Ausführungen zur PSI-Theorie (Abschnitt 3.2), stellt sich nach einer solchen Rückmeldung, wie Frank sie geschrieben hat, die Frage, wie tragbar die inhaltliche Konzeptualisierung des Begriffs „impliziter Anteile“ als „verborgene Anteile des Selbst“ (s. o.) ist.

Bleiben wir bei dem Beispiel Frank unter der Prämisse, dass implizite Anteile (was auch immer sie beinhalten) existieren und tatsächlich erfasst werden können: Wenn Frank sich so deutlich gegen Martha Stewart und für Oprah Winfrey entscheidet, was bedeutet das dann für die Annahmen über implizite Anteile? Zunächst ist es fraglich, ob es überhaupt sinnvoll ist implizite Anteile zu erfassen, wenn es doch möglich scheint, sich gegen diese zu entscheiden – ob dies unbewusst oder bewusst geschieht sei einmal dahingestellt – denn was sagen uns diese impliziten Anteile dann über Frank? Der Test und Frank kommen offensichtlich zu zwei unterschiedlichen Annahmen über sein Selbst. Wer hat jetzt Recht – Frank oder der Test? Wenn Frank sich von dem Erfassten eindeutig abgrenzen kann, kann dann die Frage nach dem Selbst beantwortet werden? Offensichtlich nicht. Doch was wurde bei Frank im Rahmen des impliziten Tests erhoben – ist „es“ ein Teil seines Selbst oder nicht? Wenn es den Menschen möglich ist, sich gegen implizite Annahmen zu entscheiden, gehören die impliziten Anteile folglich zu einem integrierten Selbst oder handelt es sich um das Ergebnis wahrgenommener äußerer Einflüsse, Alternativen des Selbst, ein

Fundament oder doch eher eine Erweiterung des Selbst? Möglicherweise handelt es sich auch um Assoziationen (z. B. Brillenträger sind Streber), denen unser Gehirn täglich ausgesetzt ist. Wenn solche Assoziationen mittels der impliziten Testverfahren erfasst werden, sagt das nicht mehr über unser Umfeld aus, als darüber, ob wir etwas in unserem Selbst integriert haben? Spinnt man das Rad weiter, könnten solche Assoziationen möglicherweise auf unser Selbst und unser Verhalten wirken, wenn wir uns nicht bewusst gegen sie entscheiden. Die in den vorherigen Abschnitten angeführten Befunde zeigen exemplarisch, dass insbesondere spontanem und impulsivem, das heißt unreflektiertem Verhalten, implizite Einflüsse zugrunde liegen. Handeln wir in solchen Situationen aus unserem Selbst heraus?

Betrachten wir das Beispiel von Frank unter der Annahme, dass implizite Anteile „verborgene Anteile des Selbst“ sind und erfasst werden können: Frank entscheidet sich gegen Martha Stewart und für Oprah Winfrey, der Test kommt zu einem anderen Ergebnis. Welche Anteile haben dann eine höhere Bedeutsamkeit? Implizite oder explizite Anteile des Selbst? Kann aufgrund impliziter Testverfahren geschlussfolgert werden, dass eine Person zum Beispiel trotz vehementer Beteuerung von Offenheit gegenüber Mitmenschen tief im Inneren tatsächlich ausländerfeindlich ausgerichtet ist – insbesondere dann, wenn das gezeigte Verhalten konträr zu den Ergebnissen steht, also zum Beispiel eine offene Willkommenskultur gelebt wird? Zählt das nach außen sichtbare Verhalten gegenüber bestimmten Personengruppen nicht mehr als das, was im Inneren einer Person (möglicherweise) verborgen ist? Die Frage, die sich an dieser Stelle aufdrängt ist: Welchen Mehrwert haben implizite Testungen für die Praxis, wenn wir größtenteils in der Lage sind unser Verhalten bewusst zu steuern?

Angenommen die impliziten Anteile der eigenen Persönlichkeit haben einen größeren Einfluss, als wir uns zugestehen wollen. Könnte diese Annahme die Menschen dann nicht in eine Sinnkrise darüber stürzen, wer sie sind? Wenn implizite, also uns kaum zugängliche Anteile, einen größeren Einfluss auf unser Selbst und damit auf unser Verhalten und unsere Beziehungen haben, ist dann die von uns wahrgenommene und berichtete Persönlichkeit wirklich „unsere Persönlichkeit“ und wenn sie es nicht ist, was stellen die expliziten Anteile dar?

Abgesehen von diesen inhaltlichen Schwierigkeiten bei der Bedeutungszuschreibung der Testergebnisse, kann auch das methodische Vorgehen kritisch hinterfragt werden. Die impliziten Anteile liegen per Definition im eher „unbewussten“ Teil unseres Seins. Es ist natürlich möglich „etwas“ zu erfassen, aber wie kann man sich bei etwas Unbewusstem sicher sein, dass es auch wirklich das ist, was man erfassen möchte – sprich implizite Anteile des Selbst? Anders formuliert: Wie sollen implizite Anteile falsifiziert werden?

Eine Zurückweisung der Testergebnisse, wie Frank sie in unserem Beispiel vornimmt, lässt sich leicht einem mangelnden Selbstzugang zuschreiben.

Hinzu kommt, dass bei den zuvor genannten Befunden berücksichtigt werden sollte, dass viele Messinstrumente zur Erfassung impliziter Anteile nur eine geringe Reliabilität und Validität aufweisen (Falk & Heine, 2014). Eine Interpretation der genannten Befunde sollte daher unter Berücksichtigung dieser Schwierigkeiten geschehen. Des Weiteren korrelieren implizite Messinstrumente, welche die Erfassung des gleichen Konstrukts zum Ziel haben, häufig gering bis gar nicht miteinander (Bosson et al., 2000). Ob eines dieser Verfahren eine zuverlässigere Messung des impliziten Selbst bietet als ein anderes und welche unterschiedlichen zugrundeliegenden psychologischen Prozesse dabei Berücksichtigung finden, bleibt ungeklärt. Insgesamt suggeriert dies die kritische Frage danach, was implizites Testen leisten kann und geht zudem zu Lasten der Vergleichbarkeit von Studien.

Ziel dieses Kapitels war es, die Konstrukte des impliziten und expliziten Selbst und deren Einflüsse auf unser Verhalten zu einander abzugrenzen. Zusammenfassend liegt für uns dennoch die Annahme nah, dass es sich entgegen der Aussage von Gerstenberg und Schmitt (2012) bei impliziten und expliziten Anteilen nicht um „Zwei Gesichter des Selbst“ handelt. Vielmehr scheint es sich nach unserer Auffassung, wie von Kuhl (2001, 2010) beschrieben, bei dem Konstrukt des „Selbst“ um ein sehr umfassendes (und vor allem in seiner Gänze nicht greifbares) Gesamtkonstrukt zu handeln, dass dem Bewusstsein als solches schlichtweg nicht zugänglich ist. Die impliziten Anteile des Selbst sind dabei weniger als separates Gegenstück zu den expliziten Anteilen des Selbst zu sehen, sondern stehen im ständigen Austausch zu den von uns benennbaren Selbstanteilen. Was genau implizite Anteile über uns verraten und welchen Einflüssen sie unterliegen, lässt sich mit Blick auf die aktuelle Forschung nicht zufriedenstellend beantworten. Was bleibt ist schlussendlich die Frage: Wer sind Sie und wer glauben Sie zu sein?

10.5 Literaturverzeichnis

- Asendorpf, J. B., Banse, R. & Mücke, D. (2002). Double dissociation between implicit and explicit personality self-concept. The case of shy behavior. *Journal of personality and social psychology*, 83 (2), 380-393. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.83.2.380>
- Back, M. D., Schmukle, S. C. & Egloff, B. (2009). Predicting actual behavior from the explicit and implicit self-concept of personality. *Journal of personality and social psychology*, 97 (3), 533-548. <https://doi.org/10.1037/a0016229>
- Banaji, M. R. & Greenwald, A. G. (2015). *Vor-Urteile. Wie unser Verhalten unbewusst gesteuert wird und was wir dagegen tun können*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

- Banase, R., Seise, J. & Zerbes, N. (2001). Implicit Attitudes towards Homosexuality. Reliability, Validity, and Controllability of the IAT. *Experimental Psychology*, 48 (2), 145-160. <https://doi.org/10.1026//0949-3946.48.2.145>
- Baumann, N., Kazén, M., Quirin, M. & Koole, S. L. (2018). Why people do the things they do. Building on Julius Kuhl's contributions to the psychology of motivation and volition. Boston, MA: Hogrefe.
- Baumann, N. & Kuhl, J. (2002). Intuition, affect, and personality. Unconscious coherence judgments and self-regulation of negative affect. *Journal of personality and social psychology*, 83 (5), 1213-1223. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.5.1213>
- Bosson, J. K., Brown, R. P., Zeiger-Hill, V. & Swann, W. B. (2003). Self-Enhancement Tendencies Among People With High Explicit Self-Esteem. The Moderating Role of Implicit Self-Esteem. *Self and Identity*, 2 (3), 169-187. <https://doi.org/10.1080/15298860309029>
- Bosson, J. K., Swann, W. B., JR. & Pennebaker, J. W. (2000). Stalking the perfect measure of implicit self-esteem. The blind men and the elephant revisited? *Journal of personality and social psychology*, 79 (4), 631-643. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.79.4.631>
- Creemers, D. H. M., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Prinstein, M. J. & Wiers, R. W. (2012). Implicit and explicit self-esteem as concurrent predictors of suicidal ideation, depressive symptoms, and loneliness. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 43 (1), 638-646.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T., JR. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52 (5), 509-516. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.52.5.509>
- Deglin, V. L. & Kinsbourne, M. (1996). Divergent thinking styles of the hemispheres: how syllogisms are solved during transitory hemisphere suppression. *Brain and cognition*, 31 (3), 285-307. <https://doi.org/10.1006/brcg.1996.0048>
- Devine, P. G. (1989). Stereotypes and Prejudice: Their Automatic and Controlled Components. *Journal of personality and social psychology*, 56 (1), 5-18.
- Devos, T., Huynh, Q.-L. & Banaji, M. (2012). Implicit self and identity. In J. P. Tangney & M. R. Leary (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 155-179). New York: Guilford Press.
- Falk, C. F. & Heine, S. J. (2015). What is implicit self-esteem, and does it vary across cultures? *Personality and social psychology review: an official journal of the Society for Personality and Social Psychology*, 19 (2), 177-198. <https://doi.org/10.1177/1088868314544693>
- Gawronski, B. & Houwer, J. de (2014). Implicit Measures in Social and Personality Psychology. In H. T. Reis (Ed.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (2nd ed., pp. 283-310). New York, N.Y.: Cambridge Univ. Press.
- Gerstenberg, F. & Schmitt, M. (2012). Die zwei Gesichter des Selbst. *Gehirn&Geist* (9), 24-29.
- Greenwald, A. G. & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition. Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102 (1), 4-27. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.102.1.4>

- Greenwald, A. G., Banaji, M. R., Rudman, L. A., Farnham, S. D., Nosek, B. A. & Mellott, D. S. (2002). A unified theory of implicit attitudes, stereotypes, self-esteem, and self-concept. *Psychological Review*, 109 (1), 3-25. <https://doi.org/10.1037//0033-295X.109.1.3>
- Greenwald, A. G. & Farnham, S. D. (2000). Using the Implicit Association Test to Measure Self-Esteem and Self-concept. *Journal of personality and social psychology*, 79 (6), 1022-1038.
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E. & Schwartz, J. L. K. (1998). Measuring Individual Differences in Implicit Cognition: The Implicit Association Test. *Journal of personality and social psychology*, 74 (6), 1464-1480.
- Kazén, M., Baumann, N. & Kuhl, J. (2003). Self-Infiltration vs. Self-Compatibility Checking in Dealing with Unattractive Tasks: The Moderating Influence of State vs. Action Orientation. *Motivation and Emotion*, 27 (3), 157-197. <https://doi.org/10.1023/A:1025043530799>
- Kernis, M. H. (2003). TARGET ARTICLE. Toward a Conceptualization of Optimal Self-Esteem. *Psychological Inquiry*, 14 (1), 1-26. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1401_01
- Koole, S. L. & Jostmann, N. B. (2004). Getting a grip on your feelings. effects of action orientation and external demands on intuitive affect regulation. *Journal of personality and social psychology*, 87 (6), 974-990. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.6.974>
- Kuhl, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit. Interaktionen psychischer Systeme*. Göttingen: Hogrefe Verl. für Psychologie.
- Kuhl, J. (2010). *Lehrbuch der Persönlichkeitspsychologie. Motivation, Emotion und Selbststeuerung* (1. Aufl.). Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Kuhl, J. & Beckmann, K. (1994). *Volition and personality. Action versus state orientation*. Seattle: Hogrefe & Huber.
- Kuhl, J. & Strehlau, A. (2014). *Handlungspsychologische Grundlagen des Coaching. Anwendung der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI) (essentials)*. Wiesbaden: Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-06475-4>
- Kullik, A. & Petermann, F. (2012). *Emotionsregulation im Kindesalter (Klinische Kinderpsychologie, Band 14)*. Göttingen: Hogrefe.
- Longua Peterson, J. & DeHart, T. (2013). Regulating connection. Implicit self-esteem predicts positive non-verbal behavior during romantic relationship-threat. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49 (1), 99-105. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.07.013>
- Ostendorf, F. & Angleitner, A. (2004). NEO-PI-R. NEO-Persönlichkeitsinventar nach Costa und McCrae. Göttingen: Hogrefe.
- Perugini, M. & Leone, L. (2009). Implicit self-concept and moral action. *Journal of Research in Personality*, 43 (5), 747-754. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.03.015>
- Quirin, M., Fröhlich, S. & Kuhl, J. (2018). Implicit self and the right hemisphere. Increasing implicit self-esteem and implicit positive affect by left hand contractions. *European Journal of Social Psychology*, 48 (1), 4-16. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2281>

- Rammsayer, T. (2010). Ausgewählte eigenschaftstheoretische Konzepte. In T. Rammsayer & H. Weber (Ed.), *Differentielle Psychologie – Persönlichkeitstheorien* (S. 222-238). Göttingen: Hogrefe.
- Reis, H. T. (Ed.). (2014). *Handbook of research methods in social and personality psychology* (2. ed.). New York, N.Y.: Cambridge Univ. Press.
- Rudolph, A., Schröder-Abé, M., Riketta, M. & Schütz, A. (2010). Easier When Done Than Said! Implicit self-esteem predicts observed or spontaneous behavior, but not self-reported or controlled behavior. *Zeitschrift für Psychologie / Journal of Psychology*, 218 (1), 12-19. <https://doi.org/10.1027/0044-3409/a000003>
- Schmukle, S. C., Back, M. D. & Egloff, B. (2008). Validity of the Five-Factor Model for the Implicit Self-Concept of Personality. *European Journal of Psychological Assessment*, 24 (4), 263-272. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.24.4.263>
- Spalding, L. R. & Hardin, C. D. (1999). Unconscious Unease and Self-Handicapping. Behavioral Consequences of Individual Differences in Implicit and Explicit Self-Esteem. *Psychological Science*, 10 (6), 535-539. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00202>
- Tangney, J. P. & Leary, M. R. (Eds.). (2012). *Handbook of self and identity* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Wittling, W. (1990). Psychophysiological correlates of human brain asymmetry. Blood pressure changes during lateralized presentation of an emotionally laden film. *Neuropsychologia*, 28 (5), 457-470.

11. Einblicke in die neurowissenschaftliche Erforschung des Selbst

JANINA BERG UND SARAH LOUISA WENDENBURG

Seit der Veröffentlichung der ersten Auflage des Sammelwerkes Psychologie des Selbst (Greve, 2000a) zur Jahrtausendwende hat sich das kognitiv-neurowissenschaftliche Forschungsparadigma in der Psychologie, insbesondere durch eine methodologische Weiterentwicklung und Verbreitung der funktionell bildgebenden Untersuchungsverfahren, zunehmend etabliert. Es ist daher nicht verwunderlich, dass die Neurowissenschaften auch Einzug in die Erforschung des Selbst genommen haben. So lässt sich mittlerweile eine Vielzahl unterschiedlichster wissenschaftlicher Beiträge finden, die sich um eine Bestimmung der für die mentale Repräsentation des Selbst verantwortlichen hirnanatomischen Regionen und Strukturen auf Grundlage von neuronalen Korrelaten bemüht. Nachfolgend wird zunächst eine Einführung in die Umsetzung der neurowissenschaftlichen Methodik in der Erforschung des Selbst gegeben. Anschließend wird das Modell des sogenannten Default Mode Network (DMN) skizziert, welches erstmals von Raichle et al. (2001) umschrieben wurde und sich mittlerweile auf eine breite empirische Befundlage stützt. Dieses neuronale Netzwerk beschreibt ein auf die selbstreferentielle Informationsverarbeitung spezialisiertes System aus strukturell und funktionell miteinander zusammenarbeitenden Hirnarealen. Das Modell des DMN wird im Folgenden in Bezug auf seine Architektur, die Reifung im Lebenslauf und seine selbstbezogenen Funktionen erläutert. Zudem werden mit dem Reifezustand des Netzwerks assoziierte Aspekte der Entwicklung des Selbst umrissen. Schließlich werden zum Ende des Kapitels die Erkenntnisse über das DMN in den Forschungskontext eingeordnet sowie die Grenzen und Möglichkeiten der neurowissenschaftlichen Methodik zur Erforschung des Selbst reflektiert. Da es nicht das Ziel der nachfolgenden Ausführungen ist, eine umfassende Darstellung der neurowissenschaftlichen Forschungsperspektive auf das Selbst zu wiederholen, kann an dieser Stelle auf entsprechende Überblicksarbeiten (z. B. Beers, 2014; Heatherton, 2011) verwiesen werden.

11.1 Die neurowissenschaftliche Methodik in der Erforschung des Selbst

Die Erforschung der neuronalen Grundlagen des Selbst kann dem Bereich der kognitiven Neurowissenschaften zugeordnet werden (Bear, Connors & Paradiso, 2009). Da die Bewertung der aus ihnen hervorgehenden Erkenntnisse nicht ohne ein Grundverständnis der methodischen Vorgehensweise erfolgen kann, sollen an dieser Stelle die für das Forschungsfeld spezifischen Aspekte der Methodik kurz dargestellt werden.

Im Rahmen von neurowissenschaftlichen Studien zum Selbst wird über die physiologische Messung der neuronalen Aktivität im Gehirn versucht, diejenigen Strukturen zu identifizieren, die an der kognitiven Verarbeitung unterschiedlichster selbstbezogener Phänomene beteiligt sind. Die physiologischen Maße der Hirnaktivität werden als Indikatoren für das der jeweiligen Untersuchung zugrundeliegende selbstbezogene Merkmal angesehen und gewinnen darüber an Aussagekraft (Döring & Bortz, 2016). Für die Messungen kommen auch in der Erforschung des Selbst die in den Neurowissenschaften allgemein bekannten Messverfahren zum Einsatz. Neben der Elektroenzephalographie (EEG), Magnetoenzephalographie (MEG) und der Positronen-Emissions-Tomographie (PET) wird in Studien zum Selbst in erster Linie auf die funktionelle Magnetresonanztomographie (fMRT) zurückgegriffen (Mak et al., 2017). Dieses bildgebende Verfahren erlaubt durch seine gute räumliche Auflösung eine genaue Lokalisation aktiver Hirnareale bzw. die Identifizierung von überregional aktiven neuronalen Netzwerken wie dem Default Mode Network (Döring & Bortz, 2016). Zudem kann in der fMRT die Hirnaktivität funktionell, d. h. bei der Bewältigung bestimmter Aufgaben oder in Bezug auf bestimmte Funktionen erfasst werden (ebd.). Zu Beginn der neurowissenschaftlichen Forschungsgeschichte stellte sich heraus, dass sich über die bildgebenden Verfahren eine Zunahme der Gehirnaktivität bei der Bewältigung unterschiedlichster kognitiver Aufgaben gut darstellen lässt. Überraschenderweise zeigte sich aber auch, dass die Aktivität in bestimmten miteinander vernetzten Arealen des Gehirns bei der Lösung von Aufgaben reduziert und dafür in einem passiven Ruhezustand erhöht ist (Gusnard & Raichle, 2001). Es wurde im Folgenden angenommen, dass diese neuronale Aktivität im mentalen Ruhezustand eine Art von physiologischem Grundlevel (Baseline) der Hirnaktivität darstellt. Zudem wurde vermutet, dass diese Grundaktivität eine eigenständige, spezifische Funktion des Gehirns im passiven Zustand reflektiert. Hinsichtlich ihrer Funktion wurde diese so genannte Resting State Activity (RSA) (Greicius, Krasnow, Reiss & Menon, 2003) in engen Zusam-

menhang mit introspektiven Prozessen, wie selbstbezogenen Gedanken, gestellt und erlangte so im Rahmen des DMN Modells eine wichtige Bedeutung in der neurowissenschaftliche Erforschung des Selbst (siehe Abschnitt 2). Diese Ruhezustandsaktivität wird in entsprechenden Studien mittlerweile über eine spezifische Form der fMRT, dem resting-state functional connectivity Magnetic Resonance Imaging (rs-fcMRI) gemessen (Fair et al., 2008, Gao et al., 2009).

Zur Erfassung der RSA und den damit verbundenen Hirnstrukturen im passiven Ruhezustand liegen die Probandinnen und Probanden still im Scanner (z. B. Sherman et al., 2014; Thomason et al., 2008) oder Schlafen (z. B. Gao et al., 2009), ggf. werden sie aufgefordert, sich auf einen Fixpunkt zu konzentrieren oder bei geschlossenen Augen an nichts Konkretes zu denken (z. B. Greicius et al., 2003; Damoiseaux et al., 2007). Der Zusammenhang zwischen der Ruhezustandsaktivität und Stimulus-unabhängigen, selbstbezogenen Gedanken, dem sogenannten mind-wandering, wird zumeist auf eine indirekte Weise untersucht. Dabei werden den Probandinnen und Probanden innerhalb des Scanners verschiedene Aufgaben präsentiert, von denen angenommen wird, dass sie die Wahrscheinlichkeit des Auftretens von selbstbezogenen Gedanken während oder zwischen der Präsentation der Aufgaben erhöhen (Christoff, Gordon, Smallwood, Smith & Schooler, 2009). Zusätzlich wird die Ruhezustandsaktivität auch in Zusammenhang mit der kognitiven Informationsverarbeitung bei spezifischen selbstbezogenen Aufgaben untersucht. Northoff et al. (2006) schlagen diesbezüglich in ihrer Metaanalyse eine Kategorisierung von selbstbezogenen Studien anhand der jeweils verwendeten Aufgabenstellungen vor. Sie ordnen die Studien hinsichtlich ihrer experimentellen Paradigmen in eine von sieben unterschiedlichen Domänen ein: die verbale Domäne (z. B. Beurteilung von visuell oder auditiv präsentierten selbstbeschreibenden vs. nicht selbstbeschreibenden Persönlichkeitseigenschaften), die räumliche Domäne (z. B. Ausführung von Handlungen aus der Perspektive der eigenen Person (1. Person Singular) vs. einer anderen Person (3. Person Singular), die Domäne des (autobiographischen) Gedächtnisses (z. B. Erinnern von selbstbeschreibenden vs. nicht selbstbeschreibenden Persönlichkeitseigenschaften), die emotionale Domäne (z. B. Einschätzung des Ausmaßes der persönlichen Betroffenheit von emotionalen Bildern), die Domäne des Gesichts (z. B. Wiedererkennen des eigenen Gesichts aus einer Reihe von fremden Gesichtern oder einer veränderten Form des eigenen Gesichts), die soziale Domäne (z. B. Aufgaben aus dem Bereich der Theory of Mind) und die Domäne der Agency (z. B. Manipulation der Wahrnehmung über Präsentation einer Gummihand als Illusion für die eigene Hand).

Die vorangegangenen Ausführungen sollen die typische Vorgehensweise im Rahmen der Erforschung der selbstbezogenen Informationsver-

arbeitung verdeutlichen. Für weitere und vertiefende Einblicke in die unterschiedlichen experimentellen Paradigmen der neurowissenschaftlichen Erforschung des Selbst kann an dieser Stelle auf die Ausführungen in einem Review von Gillihan und Farah (2005) und in der Metaanalyse von Northoff et al. (2006) verwiesen werden.

11.2 Das Default Mode Network (DMN)

Das Gehirn ruht nie. In Momenten der Entspannung, in denen wir nicht mit der Bewältigung von Ansprüchen der Umwelt, der Lösung von Problemen oder kognitiver Aufgaben beschäftigt sind, können wir uns zurücklehnen, über den Tag sinnieren und unsere Gedanken schweifen lassen. Ein Zufallsbefund im Hirnscanner in den 1990er Jahren (Costandi, 2015) offenbarte erstmals, dass sich in diesen Zuständen der vermeintlichen mentalen Ruhe im Vergleich zu Bedingungen, in denen zielgerichtet eine Aufgabe bewältigt werden muss, eine erhöhte neuronale Aktivität in unterschiedlichen Strukturen des Gehirns zeigt (Raichle et al., 2001). Die neuroanatomischen Areale, die im Ruhezustand netzwerkartig über verschiedene Hirnlappen hinweg funktionell über ein synchrones Aktivierungsmuster, der RSA (Greicius et al., 2003), miteinander verbunden sind, fassten Raichle und Kollegen (2001) erstmals unter dem Begriff Default Mode Network zusammen. Das Modell des DMN stieß bei kognitiven Neurowissenschaftlern auf großes Interesse, welches sich nachfolgend insbesondere auf genauere Untersuchungen der einzelnen Komponenten, Prozesse und Funktionen des DMN konzentrierte (Mantini & Vanduffel, 2013; Raichle, 2015). Bereits seit Beginn der Erforschung des DMN besteht die Vermutung, dass die RSA in erster Linie auf das Selbst bezogene mentale Prozesse reflektiert (Gusnard, Akbudak, Shulman & Raichle, 2001), da das Gehirn selbstreferentielle Gedankeninhalte vorwiegend in Zuständen der entspannten Wachheit verarbeitet (Davey, Pujol & Harrison, 2016). Es wird angenommen, dass sich in mentalen Ruhezuständen ein von äußeren Reizen unabhängiges Denken einstellt, welches Prozesse wie Tagträumen, autobiographisches Erinnern, Mentalisieren und Selbstreflexion umfasst (Gusnard et al., 2001; Mason et al., 2007; Spreng, Mar & Kim, 2009; die Rolle der Mentalisierungsfähigkeit für die Ausbildung des Selbst wird in dem Kapitel Das Selbst unter dem Aspekt psychischer Krankheiten in diesem Band näher erläutert). Dabei treten Gedanken und Bewertungen über die eigene Person in Bezug auf vergangene und aktuelle Situationen sowie über die zukünftige persönliche Entwicklung auf (Buckner, Andrews-Hanna & Schacter, 2001; Raichle, 2015). Dies sind mentale Vorgänge, denen in Bezug auf das Selbst z. B. in dem Modell der dreidimensionalen Topographie des Selbst (Greve, 2000b) eine wichtige Rolle zugeschrieben wird. Die Erforschung der selbstbezoge-

nen Funktionen des DMN konzentriert sich seit seiner Entdeckung sowohl auf die Untersuchung der RSA in Zusammenhang mit abschweifenden, selbstbezogenen Gedanken (mind-wandering) als auch auf die Verarbeitung von Aufgaben mit selbstreferentiellen Stimuli (Raichle, 2015). Aufgrund einer breiten empirischen Befundlage, welche die Verarbeitung von diesen selbstbezogenen Aspekten vornehmlich im DMN verortet, wird das Netzwerk sogar als „core-self system“ (Davey et al., 2016, S. 396) oder als „self-representation core“ (Ioannides, 2018, S. 9) bezeichnet.

11.2.1 Neuroanatomische Komponenten des DMN

Das DMN wird im Stirn-, Scheitel- und Schläfenlappen, insbesondere jedoch in den kortikalen Strukturen entlang der Mittellinie (Fissura longitudinalis cerebri) verortet und besteht sowohl aus medial als auch lateral gelegenen Komponenten (Otti et al., 2011). Zu den medialen Anteilen (siehe Abbildung 1) gehört anterior der mediale präfrontale Cortex (MPFC), welcher sich in ein ventro-mediales (VMPFC) und ein dorso-mediales Areal (DMPFC) gliedert. Ebenfalls medial sind der posteriore cinguläre Cortex (PCC) sowie in seiner Nachbarschaft der Precuneus (PREC) lokalisiert (Davey, et al., 2016; Mak et al., 2017; Otti et al., 2011; Raichle, 2015; Raichle et al., 2001). In Bezug auf die lateralen Anteile des DMN (siehe Abbildung 2) liegt ein Hauptknotenpunkt im parietalen Cortex (Mak et al., 2017; Raichle et al., 2001; Raichle, 2015), wobei hier spezifischer der inferiore parietale Lobulus (IPL) genannt werden kann (Davey et al., 2016; Otti et al., 2011).

Die aufgeführten Strukturen bilden nach Raichle (2015) die Kernkomponenten des Netzwerks (siehe Tabelle 1), da sie eine hohe neuronale Interkonnektivität aufweisen (Raichle et al., 2001). Neben diesen Hauptstrukturen werden mit dem DMN weitere neuroanatomische Areale assoziiert, welche jedoch eine geringere funktionelle Einbindung in das Netzwerk zeigen (Otti et al., 2011). Von Qin und Northoff (2011) wird in dem perigenualen anterioren cingulären Cortex (PACC) eine bedeutsame Struktur gesehen. Zusätzlich werden den medial gelegenen Regionen des DMN von Otti et al. (2011) der retrospleniale Cortex (RSPC) sowie die hippocampale Formation inklusive des Parahippocampus (HF+) zugeordnet. Zum lateralen Anteil des Netzwerks können zudem die temporo-parietale Junction (TPJ) (Otti et al., 2011; Qin & Northoff, 2011) und Teile des temporalen Cortex (TC) (Otti et al., 2011) gezählt werden.

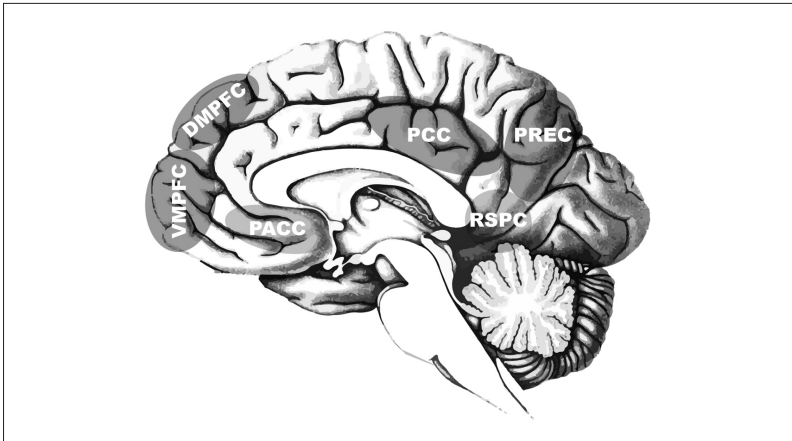


Abbildung 1: Mediale Bestandteile des DMN

Anmerkungen. Abbildung in Anlehnung an Bear et al. (2009) sowie Otti et al. (2011); Hauptkomponenten (dunkelgrau dargestellt): VMPFC = ventro-medialer präfrontaler Cortex, DMPFC = dorso-medialer präfrontaler Cortex, PCC = posteriorer cingulärer Cortex, PREC = Precuneus; weitere assoziierte Regionen (hellgrau dargestellt): PACC = perigenualer anteriorer cingulärer Cortex; RSPC = retrosplenialer Cortex; auf eine Skizzierung der Region HF+ = Hippocampale Formation inklusive Parahippocampus wurde verzichtet.

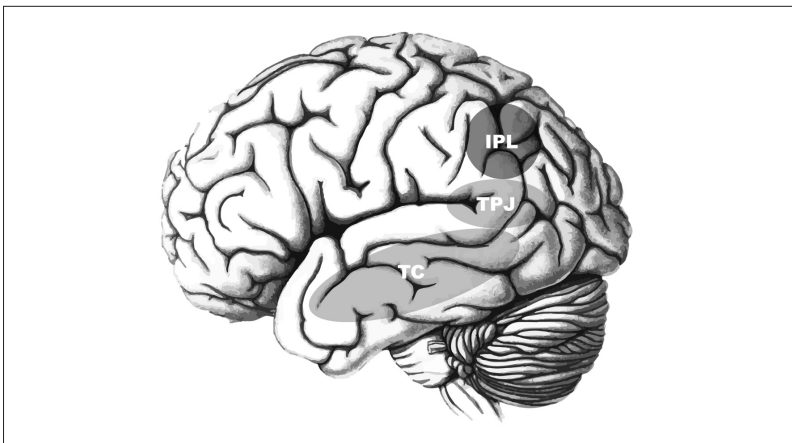


Abbildung 2: Laterale Bestandteile des DMN

Anmerkungen. Abbildung in Anlehnung an Bear et al. (2009) sowie Otti et al. (2011); Hauptkomponenten (dunkelgrau dargestellt): IPL = inferiorer parietaler Cortex; weitere assoziierte Regionen (hellgrau dargestellt): TPJ = temporo-parietale Junction, TC = temporaler Cortex

Tabelle 1: Neuroanatomische Strukturen des DMN

Anmerkungen. Tabelle in Anlehnung an Buckner et al. (2008) mit eigenen Ergänzungen.

Hirnregionen		Abkürzung
Hauptkomponenten		
	Ventro-medialer präfrontaler Cortex	VMPFC
	Dorso-medialer präfrontaler Cortex	DMPFC
	Posteriorer cingulärer Cortex	PCC
	Precuneus	PREC
	Inferiorer parietaler Lobulus	IPL
Assoziierte Strukturen		
	Perigenualer anteriorer cingulärer Cortex	PACC
	Retrosplenialer Cortex	RSPC
	Hippocampale Formation inkl. Parahippocampus	HF+
	Temporo-parietale Junktion	TPJ
	Temporalen Cortex	TC

11.2.2 Die Reifung des DMN

Die neurowissenschaftliche Forschung, die die Architektur des DMN über das Kinder-, Jugend- und Erwachsenenalter vergleichend miteinander untersucht, ist Otti et al. (2011) zufolge erst wenig fortgeschritten und hat zudem bisher eine zumindest in Teilen widersprüchliche Datenlage hervorgebracht (Gao et al., 2009; Mak et al., 2017). Aus den Ergebnissen verschiedener Studien lässt sich jedoch grundsätzlich ableiten, dass sich das DMN sowohl strukturell in Hinsicht auf die beteiligten Hirnregionen als auch bezüglich der funktionellen Konnektivität im Sinne einer synchronen Aktivität im Laufe des Lebens verändert (Cui et al., 2017; Fair et al., 2008; Gao et al., 2009; Mak et al., 2017; Otti et al., 2011; Supekar et al., 2010).

Cui et al. (2017) konnten in ihrer Studie zeigen, dass sich bereits bei Frühgeborenen die Hauptkomponenten des DMN, wie der MPFC, der PCC und der PREC nachweisen lassen. Jedoch sind assoziierte Areale wie der ILP, der TC oder der HF+ noch nicht in das DMN integriert, d. h. sie weisen noch keine funktionelle Konnektivität zu den Hauptkomponenten auf. In

einer fMRT-Studie verglichen Gao et al. (2009) die anatomische Repräsentation des Default Mode Netzwerks von gesunden, zwei Wochen alten Neugeborenen, ein- und zweijährigen Kindern sowie Erwachsenen miteinander. Ihre Ergebnisse legen nahe, dass das DMN bei neugeborenen Kindern noch inkomplett, jedoch bei Einjährigen in Bezug auf seine Bestandteile schon komplex aufgebaut und zudem funktionell intensiv vernetzt ist. Bereits im Alter von zwei Jahren ähnelt das Netzwerk in seiner strukturellen Architektur dem der Erwachsenen, wobei die Veränderungen zwischen dem ersten und zweiten Lebensjahr als subtil beschrieben werden, da hier lediglich die Region um den Parahippocampus das DMN komplettiert. Die Messungen von Gao et al. (2009) zeigten zudem, dass konsistent über alle Altersgruppen die Region des PCC/RSPC die stärkste Aktivität aufweist. Die Autorinnen und Autoren nehmen daher an, dass der PCC seine Funktion als Hauptknotenpunkt im posterioren Anteil des DMN bereits ab der allerfrühesten Kindheit übernimmt. Die zweite Kernstruktur, der MPFC, bildet sich nachfolgend ab dem ersten Lebensjahr als zentrale Schaltstelle im anterioren Teil des Netzwerks aus (ebd.).

Fair et al. (2008) präsentieren hingegen Ergebnisse, die mit den bisher berichteten Befunden nicht vollständig in Einklang gebracht werden können. Sie stellten fest, dass bei sieben- bis neunjährigen Kindern im Vergleich zu Erwachsenen die strukturellen Verbindungen des VMPFC mit dem PCC und den parietalen Regionen nur minimal ausgebildet sind und sich zudem im Gegensatz zu Erwachsenen eine geringe funktionelle Konnektivität im DMN zeigt.

Die Daten von Supekar et al. (2010) konnten differenzierter zeigen, dass im Alter zwischen sieben und neun Jahren spezifische Anteile des DMN bereits sowohl strukturell als auch funktionell vollkommen ausgereift sind, wobei selbst strukturell wenig integrierte Bestandteile des Netzwerks schon eine hohe funktionelle Konnektivität zeigen können. Dabei scheint insbesondere die Verbindung zwischen dem MPFC und dem PCC entlang des Cingulums, welches den Kontakt zwischen den anterioren und posterioren Bestandteilen des DMN herstellt, die längste Reifungszeit zu haben (ebd.).

Weiterführend konnten Sherman et al. (2014) mit Daten aus einer Längsschnittstudie belegen, dass der MPFC und der PCC bei Kindern im Alter von 10 bis 13 Jahren eine robuste Verbindung aufweist. Zudem steigerte sich innerhalb dieser Altersspanne zunehmend die funktionelle Konnektivität zwischen den einzelnen Komponenten.

Betrachtet man die empirische Befundlage zusammenfassend, unterstützt sie die Annahme bezüglich eines unreifen Zustands des DMN im frühesten Kindesalter, wobei sich die Grundstruktur mit den wichtigsten Kernknotenpunkten in den anterioren und posterioren Anteilen bereits in den ersten beiden Lebensjahren nachweisen lässt (Cui et al., 2017; Gao et al.,

2009). Die weitergehende Reifung des Netzwerks im Laufe von Kindheit und Adoleszenz scheint hauptsächlich auf eine Zunahme der funktionellen Interkonnektivität ausgerichtet zu sein (Sherman et al., 2014), welche sich unter anderem auf die Verbindungen zwischen den anterioren und posterioren Arealen des DMN bezieht (Otti et al., 2011; Supekar et al., 2010). Bei Erwachsenen zeigt sich dann ein vollständig ausgereiftes und hochgradig verbundenes Netzwerk (Fair et al., 2008; Gao et al., 2009). Jedoch nimmt bereits ab dem mittleren Alter, so schließen Mak et al. (2017) in ihrem Review bezugnehmend auf die von ihnen gesichteten Studien, sowohl die funktionelle als auch strukturelle Konnektivität zwischen den Bestandteilen des DMN wieder ab. Wobei hiervon laut Andrews-Hanna et al. (2007) sowohl die anterioren als auch posterioren Regionen des Netzwerks betroffen sind. Aus einer systematischen Übersichtsarbeit und einer Metaanalyse hinsichtlich der Reifung des DMN fassen Mak et al. (2017) zusammen, dass die funktionelle Konnektivität des DMN über die Lebensspanne einer umgekehrten U-Form folgt. Demnach ist sie im Erwachsenenalter am höchsten und bei Kindern sowie älteren Menschen am geringsten ausgeprägt.

11.2.3 Auf das Selbst bezogene Funktionen des DMN

Den anatomischen Komponenten des DMN wird eine Beteiligung an Fähigkeiten wie dem Verstehen und Nachfühlen von Emotionen (Empathie), dem Wissen um Intentionen und Überzeugungen anderer Menschen (Theory of Mind) sowie dem autobiographischen Erinnern zugeschrieben (Ioannides, 2018; Otti et al., 2011; Raichle, 2015). Bei den ersten beiden Kompetenzen besteht insofern eine Verbindung zum Selbst, als dass sie eine affektive oder sozial-kognitive Perspektivübernahme erfordern (Dimitrova & Lüdmann, 2014), welche die Fähigkeit zur Differenzierung zwischen dem Selbst und Anderen voraussetzt. Das autobiographische Gedächtnis, der Speicherplatz für die eigene Lebensgeschichte, ermöglicht es zudem, sich über Zeit- und Raumgrenzen hinweg als eine kontinuierlich existierende Person zu erleben (Markowitsch & Welzer, 2005). Zusätzlich geht mit ihm die Fähigkeit einher, sich „selbst „narrativ“ zu (re-)konstruieren“ (Greve, 2007, S. 307). Gedächtnisinhalte können nach Markowitsch und Welzer (2005) immer dann als autobiographisch eingeordnet werden, wenn sie einen Ich-Bezug haben, sie bewusst, d. h. explizit abgerufen werden können und mit Emotionen verknüpft sind, die den Erinnerungen Bedeutsamkeit verleihen.

Aus einer Vielzahl der nicht immer kongruierenden Erkenntnisse über die Funktionen des DMN in Bezug auf das Selbst wird an dieser Stelle eine Auswahl exemplarisch vorgestellt. Diese bemühen sich um eine weitere

Spezifizierung der Funktionen der einzelnen Strukturen des Netzwerks (siehe Abschnitt 11.2.1) und die Verortung einer neuronalen Repräsentation der selbstbezogenen Prozesse.

Grundsätzlich wird der PCC als einer der Kernknotenpunkte des DMN mit einer Reihe von verschiedenen selbstbezogenen Funktionen in Zusammenhang gebracht (Brewer, Garrison & Whitfield-Gabrieli, 2013). So werden den posterioren Komponenten des DMN (PCC, PREC) gemeinsam mit der hippocampalen Formation eine Beteiligung beim Erinnern von vorausgegangenen Erfahrungen (Raichle, 2015) zugeordnet, welches den Abruf von autobiographischem Wissen erfordert. Zudem wird angenommen, dass der PCC eine zentrale Rolle bei der Generierung von Stimulus-unabhängigen, selbstbezogenen Gedanken spielt (Gusnard et al., 2001) und entsprechend ist eine erhöhte Aktivität im PCC mit dem mind-wandering assoziiert (Mason et al., 2007). Auch bei selbstbezogenen Denkprozessen muss auf autobiographische Gedächtnisinhalte zurückgegriffen werden.

Die Ergebnisse einer systematischen Übersichtsarbeit von Brewer et al. (2013) bestätigen diese Funktionen des PCC in Bezug auf das Selbst. Aus der Befundlage verschiedener fMRT-Neurofeedback-Studien geht den Autorinnen und Autoren zufolge hervor, dass sich eine erhöhte Aktivität im PCC immer dann zeigt, wenn Menschen in ihren eigenen Erfahrungen und Gedanken gefangen sind. Dies meint, dass sie z. B. von einer Sichtweise überzeugt sind oder sich stark mit einer bestimmten Eigenschaft identifizieren (ebd.). Ein solches Festlegen von Standpunkten bzw. Bewerten der eigenen Person wiederum schließt mentale Prozesse wie selbstbezogene Gedanken auf Grundlage von autobiographischen Gedächtnisinhalten ein.

Qin und Northoff (2011) bemühten sich in einer Metaanalyse der Daten aus 87 fMRT-Studien, die Funktionen des PCC, MPFC und PACC genauer zu bestimmen. Dabei interessierte sie, ob eine erhöhte Aktivierung der genannten Strukturen tatsächlich spezifisch mit der Verarbeitung selbstbezogener Stimuli in Verbindung steht oder lediglich eine Vertrautheit mit den präsentierten Items widerspiegelt. Ihre Ergebnisse legen nahe, dass nur der PACC eine spezifische Aktivierung bei Präsentation von selbstbezogenen Stimuli aufweist, der PCC und der MPFC hingegen unspezifisch sowohl auf selbstbezogene als auch anderweitig vertraute Items reagieren.

Davey et al. (2016) hingegen identifizierten in ihrer fMRT-Studie ein Netzwerk aus drei Strukturen innerhalb des DMN, bestehend aus dem PCC, dem MPFC und dem IPL, denen sie eine besondere Funktion in Bezug auf das Selbst zuschreiben. Alle drei Areale zeigten unter experimentellen Bedingungen über die RSA hinaus eine erhöhte Aktivität bei selbstbezogenen Gedanken. Auf Grundlage ihrer Daten skizzieren Davey et al. (2016) ein Modell, in dem selbstreferentielle Verarbeitungsprozesse über

den PCC gesteuert werden, der wiederum positiven Einfluss auf die Aktivität des MPFC und IPL nimmt. Zudem wird dem MPFC ein moderierender Einfluss auf den PCC zugeschrieben. So können in diesem Netzwerk den Autoren zufolge komplexe selbstbezogene Phänomene, wie z. B. die in den temporalen und parietalen Cortexen gespeicherten Informationen zu unterschiedlichen Repräsentationen des Selbst, über Aktivierung des PCC und des IPL zugänglich gemacht und durch Aktivität im MPFC in die bewusste Wahrnehmung überführt werden. Der MPFC nimmt zudem in Abhängigkeit von unterschiedlichen internalen und externalen Anforderungen (z. B. divergierenden Rollenerwartungen) moderierenden Einfluss auf diesen Prozess. Die Autoren postulieren, dass dieses „core-self system“ (ebd., S. 396) für die Erzeugung der bewussten Wahrnehmung des Selbst verantwortlich ist und es ermöglicht, sich selbst als Agens in Raum und Zeit zu erleben (Davey et al., 2016).

Die Rolle des MPFC bei der Verarbeitung selbstbezogener Informationen kann darüber hinaus noch besser verstanden werden, wenn man die spezifischen Funktionen seiner ventralen und dorsalen Bestandteilen (VMPFC und DMPFC) genauer betrachtet. Der VMPFC spielt eine wichtige Rolle bei der Verarbeitung emotionsbezogener Inhalte und Prozesse (Otti et al., 2011; Raichle, 2015). Die Struktur übernimmt Raichle (2015) zufolge die Funktion einer zentralen Schaltstelle für sensorische und visuo-motorische Reize, welche z. B. bedeutsamen Einfluss auf die Regulierung des sozialen Verhaltens, der Stimmung und der Volition haben und so die Ausprägung der individuellen Persönlichkeit mitbestimmen. Der DMPFC wird verglichen mit dem VMPFC in eine noch engere Verbindung mit selbstreferentieller mentaler Aktivität gebracht (Raichle, 2015), welche unter anderem bei der Bewältigung von Aufgaben mit auf das Selbst bezogenen Urteilen beobachtet werden kann (Gusnard et al., 2001). Ioannides (2018) spezifiziert innerhalb des DMPFC und des PREC jeweils Strukturen, denen er bezugnehmend auf unterschiedliche Befunde neurowissenschaftlicher Studien eine besondere Bedeutung in Bezug auf das Selbst zuschreibt. In beiden Regionen findet sich dem Autor zufolge jeweils eine vergleichbare dreilagige zwiebelartige Struktur: Während die äußerste Lage die höchste Aktivierung in der klassischen Ruhezustandsbedingung (RSA) ohne spezifischen selbstreferentiellen Input zeigt, wird eine erhöhte Aktivität in der mittleren Lage mit der Verarbeitung von selbstbezogenen Informationen, dem autobiographischen Gedächtnis sowie mit Aufgaben aus dem Bereich der Theory of Mind assoziiert. Die innerste Lage, auch als Kern bezeichnet, ist nach der Auffassung von Ioannides (2018) bei Aufgaben mit selbstbezogenen Urteilen aktiviert, bei denen Unterscheidungen zwischen Beschreibungen aus Sicht der ersten versus dritten Person vorgenommen werden müssen. Da somit sowohl in der mittleren als auch der innersten

Lage dieses Netzwerks innerhalb des DMPFC und des PREC essentielle Aspekte in Bezug auf das Selbst verarbeitet werden, schlussfolgert Ioannides (2018), dass in diesen Strukturen am ehesten das zu finden ist, was als eine neuronale Repräsentation des Selbst bezeichnet werden kann, weshalb er die Strukturen als „midline self-representation core“ (ebd., S. 9) bezeichnet.

Zusammenfassend wird deutlich, dass dem DMN eine hohe Verantwortlichkeit im Rahmen der selbstreferentiellen Informationsverarbeitung und bei der Generierung von selbstbezogenen Gedanken zugeschrieben wird. Dabei scheint der anteriore Hauptknotenpunkt des Netzwerks im MPFC stärker mit selbstbezogener mentaler Aktivität wie der Theory of Mind assoziiert zu sein, während der posteriore Anteil um den PCC eher mit dem autobiographischen Gedächtnis verknüpft ist (Gao et al., 2009). Insgesamt jedoch agieren die einzelnen Komponenten des DMN trotz ihrer funktionalen Spezifität nicht vollkommen isoliert, sondern stets in enger Vernetzung miteinander.

11.2.4 Reifenzustand des DMN und Entwicklungsprozesse des Selbst

Die Ausführungen zur Entstehung des Default Mode Netzwerks (siehe Abschnitt 11.2.2) können für ein besseres Verständnis des Selbst im Lebenslauf von besonderer Bedeutung sein, wenn Zusammenhänge zwischen den altersbedingten Reifungszuständen des DMN und unterschiedlichen in der Literatur beschriebenen Aspekten der Entwicklung des Selbst aufgezeigt werden könnten. Es kann jedoch festgestellt werden, dass sich in den gesichteten Studien über die Reifung des DMN im Abschnitt 2.2 (Andrews-Hanna et al., 2007; Cui et al., 2017; Fair et al., 2008; Gao et al., 2009; Mak et al., 2017; Sherman et al., 2014; Supekar et al., 2010) allenfalls allgemeine Hinweise zur funktionalen Ebene (z. B. autobiographisches Erinnern, Theory of Mind) jedoch kaum Bezüge zu deren Entwicklungsperspektive finden lassen.

Wie sich dem Abschnitt 11.2.2 entnehmen lässt, bildet sich ein erstes Grundgerüst des Netzwerks schon ab dem Säuglingsalter aus und gleicht bereits mit dem zweiten Lebensjahr strukturell dem der Erwachsenen. Somit scheint mit dem DMN schon ab frühesten Kindheit eine neuronale Basis für die Verarbeitung selbstbezogener Entwicklungsprozesse zur Verfügung zu stehen. Dies lässt sich insofern mit Erkenntnissen der Entwicklungspsychologie des Selbst in Einklang bringen, als dass die Anfänge einer auf das Selbst bezogenen Entwicklung oder zumindest wichtige Vorausläuferfähigkeiten z. B. für die Ausbildung eines Ich-Bewusstseins, Selbstkonzepts und der Theory of Mind in der frühen Kindheit der ersten zwei Lebensjahre angesiedelt werden können. So kann diesbezüglich im Kapitel zur Selbst-

entwicklung im Kindesalter in diesem Band über das Modell der Five Level of Self-Awareness von Rochat (2003) nachgelesen werden, welches einen sukzessiven Entwicklungsprozess des Ich-Bewusstseins ab der Geburt über die ersten vier bis fünf Lebensjahre postuliert. Dazu führen Neugebauer und Wolter Erkenntnisse zu frühen selbstbezogenen Entwicklungsschritten an, z. B. dass sich bereits in den ersten Lebensmonaten eine mentale Repräsentation des eigenen Körpers oder die Imitationsfähigkeit als Grundlage für die Entwicklung der Theory of Mind ausbilden. Zudem verweisen sie auf Befunde, die zeigen, dass Kinder schon in der zweiten Hälfte ihres zweiten Lebensjahrs die Fähigkeit zum Selbsterkennen im Spiegelbild, ein beginnendes Selbstkonzept, eine erste sprachliche Repräsentation der eigenen Person sowie eine implizite Form der Theory of Mind entwickeln. Gao et al. (2009) beziehen sich auf ähnliche Schritte der Selbstentwicklung innerhalb der ersten zwei Lebensjahre (z. B. Selbsterkennen im Spiegel, Erfassen von kommunikativen Absichten des Gegenübers als Vorausläuferfähigkeit für die Theory of Mind) und assoziieren diese mit der frühen Reifung des MPFC als Hauptknotenpunkt im anterioren DMN. Der posteriore zentrale Knotenpunkt mit den Arealen des PCC/RSPC, welcher sich im frühen Reifungsstadium des DMN bereits bei sehr jungen Kindern nachweisen lässt, wird gemeinsam mit der hippocampalen Formation in engen Zusammenhang mit dem autobiographischen Erinnern gebracht (Gao et al., 2009). Die Fähigkeit autobiographisches Wissen abzurufen, wird jedoch erst mit einem Lebensalter von vier Jahren verknüpft (Hannover & Greve, 2012). Auch Gao et al. (2009) verweisen auf diese Diskrepanz, nennen jedoch Befunde, die zeigen, dass zumindest Vorausläufer der autobiographischen Gedächtnisfunktion schon früher vorzufinden sind. So können den Autorinnen und Autoren folgend implizite Gedächtnisinhalte (z. B. in Form von Wiedererkennen von Gesichtern und Stimmen) bereits ab dem Säuglingsalter sowie explizite, episodische Erinnerungen bei Zweijährigen nachgewiesen werden. Zusammenfassend räumen Gao et al. (2009) jedoch ein, dass bezüglich der konkreten Funktionen der bereits im frühen Kindesalter vollständig angelegten strukturellen Architektur des DMN noch zu wenige Schlüsse gezogen werden können. Fair et al. (2008) argumentieren hierzu, dass die neuronale Basis zur Verarbeitung selbstbezogener Prozesse wie dem autobiographischen Erinnern, Mentalisieren oder Theory of Mind bereits gereift sein muss, bevor entsprechende Fähigkeiten im Verhalten der Kinder im (Vor-)Schulalter deutlich sichtbar werden. Somit kann nach Gao et al. (2009) vermutet werden, dass die strukturelle Reifung des DMN in den frühen Lebensjahren die Voraussetzung für die später nachfolgende funktionelle Spezialisierung ist.

Zur Reifung des DMN unter Abschnitt 11.2.2 wurde darüber hinaus berichtet, dass es im Laufe der späteren Kindheit und des Jugendalters zu einer

zunehmenden funktionellen Konnektivität innerhalb des DMN kommt. Dies wird von Fair et al. (2008) in erster Linie mit weitergehenden Entwicklungen der episodischen und autobiographischen Gedächtnisfunktion bzw. mit verbesserten Gedächtnisstrategien über das Alter in Zusammenhang gestellt. Die in der Metaanalyse von Mak et al. (2017) beschriebene Verringerung der funktionellen und strukturellen Konnektivität im DMN ab dem mittleren Erwachsenenalter wird von Damoiseaux et al. (2007) mit einer Reduktion von intrinsischer Aktivität, d. h. einer Abnahme von spontanen, selbstbezogenen Gedanken im Alter in Verbindung gebracht.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass die Erkenntnisse über die Bedeutung der altersbedingten Reifungszustände des DMN für die Selbstentwicklung noch wenig differenziert ausfallen. Dies ist sicherlich auch den Umständen geschuldet, dass die Erfassung früher Entwicklungsprozesse des Selbst grundsätzlich schwierig ist (Greve, 2007) und Untersuchungen auf neurowissenschaftlicher Ebene gerade im Kindesalter zusätzlich methodische und ethische Herausforderungen mit sich bringen. Zudem bräuchte es für die Aufdeckung differenzierterer Ursache-Wirkungsbezüge zwischen dem selbstbezogenen Erleben und Verhalten auf der einen und der funktionellen Neuroanatomie auf der anderen Seite per se Daten aus Längsschnittstudien, die sowohl die funktionale Entwicklung der Grundlagen des Selbst als auch deren neuronale Korrelate unabhängig voneinander erfassen. Da jedoch die derzeitige Befundlage zur Reifung des DMN fast ausschließlich querschnittliche Einblicke in wenige ausgewählte Altersabschnitte gewährt, findet eine Interpretation und Diskussion der Ergebnisse an dieser Stelle gerechtfertigter Weise ausschließlich auf der neuroanatomischen Ebene statt. Allerdings bleibt so die Frage offen, wie die neurowissenschaftlichen Befunde zur Reifung des DMN und die Erkenntnisse über die Entwicklung des Selbst differenzierter aufeinander bezogen werden können.

Ergänzend kann an dieser Stelle erwähnt werden, dass über die physiologische Entwicklung hinaus die Bedeutung und Rolle des DMN auch im Rahmen von abweichenden Entwicklungsverläufen, wie neurologischen Erkrankungen und psychischen Störungen, diskutiert wird. So werden die Funktionen des DMN (z. B. selbstbezogene Gedanken, Abruf von autobiographischen Erinnerungen) in der Literatur unter anderem in Zusammenhang mit der Demenz vom Alzheimer Typ (siehe auch Kapitel Das Selbst bei dementiellen Erkrankungen in diesem Band), Schizophrenie (siehe auch Kapitel Das Selbst unter dem Aspekt psychischer Erkrankungen in diesem Band), Depressionen und Angststörungen sowie mit psychischen Erkrankungen im Kindesalter wie dem Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS) und Autismus untersucht (Otti et al., 2011).

11.2.5 Exkurs: Das Selbst als neurobiologisch-hierarchisch organisiertes Netzwerk

An dieser Stelle soll anhand der Theorie des Selbst als neurobiologisch-hierarchisch organisiertes Netzwerk (Ceylan, Dönmez & Ülsalver, 2015) verdeutlicht werden, dass neben dem oben fokussierten Modell des DMN ebenfalls andere neurowissenschaftliche Forschungsarbeiten bezogen auf das Selbst existieren. Zudem soll exemplarisch gezeigt werden, dass es einigen neurowissenschaftlichen Theorien (noch) an einer empirischen Fundierung mangelt.

In der oben benannten Theorie skizzieren Ceylan et al. (2015) das Modell eines dreistufigen hierarchischen Entwicklungsprozesses des Selbst. Die zugrundeliegende Annahme ist dabei, dass sich das Selbst bildet, um einen stabilen Bezugspunkt für die Wahrnehmung des Organismus im Umgang mit externalen und internalen Anforderungen zu schaffen. Den Autorinnen und Autoren zufolge liegt spätestens ab der Geburt das Subjektive Selbst vor und ermöglicht interne Stabilität über homöostatische Prozesse, Triebe sowie Affekte. Anschließend entsteht das Objektive Selbst im Rahmen der Abgrenzung gegenüber Objekten. Zuletzt bildet sich das Reflexive Selbst aus, welches einen konstanten Referenzpunkt im Umgang mit sich stetig verändernden Ansprüchen bereitstellt, die sich durch zunehmende kognitive Fähigkeiten ergeben.

Neben anderen, sich teilweise mit dem DMN überschneidenden Hirnarealen, ordnen Ceylan et al. (2015) dabei vor allem dem Cerebellum sowie den cerebro-cerebellären Verbindungen eine wichtige Funktion in Bezug auf die Entwicklung des Selbst zu. Die neuronale Repräsentation des Selbst entwickelt sich den Autorinnen und Autoren zufolge dabei in einem mehrschichtigen Prozess, der auf der Chronologie der ontogenetischen und phylogenetischen Reifung des zentralen Nervensystems beruht. Ceylan et al. (2015) schlussfolgern induktiv, dass das mediale Cerebellum mit dem von ihnen postulierten Subjektiven Selbst in Zusammenhang steht, während das laterale Cerebellum sowie sich später in der Ontogenese ausbildende cerebro-cerebelläre Verknüpfungen mit den höheren Stufen des Selbst verbunden sind. Diese Annahmen stützen Ceylan et al. (2015) jedoch nicht mit spezifischen Untersuchungen, die eine Verbindung des Cerebellums zum Selbst sowie dessen postulierter Entwicklung mittels neurowissenschaftlicher Verfahren darstellen. Sie sammeln stattdessen unterschiedliche Annahmen dafür, warum aus ihrer Sicht im Cerebellum die neuronale Basis des ursprünglichen Selbst liegt. Die vorgelegten Argumente formulieren Ceylan et al. (2015) als „neuroscientific proof“ (ebd., S. 711), können jedoch gleichzeitig keine stützenden Befunde für ihre Theorie anführen, die wissenschaftlichen Ansprüchen genügen würden. Darüber hinaus fehlt den

Herleitungen unterschiedlicher Annahmen des Modells (z. B. dass sich das Selbst bildet, um einen stabilen Bezugspunkt gegenüber der Umwelt darzustellen) eine nachvollziehbare Einbettung in fundierte Theorien, Modelle oder empirische Befunde.

Der Ansatz von Ceylan et al. (2015) zeigt exemplarisch, dass in der Neurowissenschaft neben Ansätzen, über die im Forschungsfeld ein relativ hoher Konsens besteht, eine Vielzahl von Vermutungen zu den neuronalen Prozessen und Verknüpfungen des Selbst vorliegt. Nicht alle Annahmen sind in sich schlüssig oder hinsichtlich psychologischer Theorien des Selbst nachvollziehbar. In Bezug auf manche Hypothesen steckt die Forschung noch in den Kinderschuhen und bedarf weiterer Bemühungen. Gemeinsam liefern sie jedoch die Grundlage für neue Anregungen und Diskussionen, die das Verständnis über die neurobiologischen Grundlagen des Selbst Stück für Stück erweitern können.

11.3 Kritische Betrachtung der neurowissenschaftlichen Methodik in der Erforschung des Selbst

Die auf konzeptuelle Inhalte des Selbst bezogenen Schlussfolgerungen, die anhand der Ergebnisse von neurowissenschaftlichen Studien gezogen werden können, sind deutlich weniger eindeutig, als es auf den ersten Blick erscheinen mag. Zusätzlich müssen bei der Interpretation der Daten unterschiedliche messmethodische Aspekte betrachtet werden, die die Aussagekraft, der mit Hilfe von bildgebenden Verfahren gewonnenen Ergebnisse in der Erforschung des Selbst deutlich einschränken können.

Die unnatürlichen Umweltbedingungen innerhalb der Messinstrumente (z. B. fMRT, PET) sind allgemein bekannt und schränken die Möglichkeiten der Versuchsplanung neurowissenschaftlicher Untersuchungen per se stark ein (Döring & Bortz, 2016). Zudem können sie Einfluss auf die Genauigkeit und Gültigkeit von Messdaten nehmen. In Bezug auf die Erfassung und Interpretation der Ruhezustandsaktivität des Default Mode Netzwerks, stellen die besonderen Bedingungen der Untersuchungsverfahren jedoch eine darüberhinausgehende Schwierigkeit dar.

Während in der Forschung über die grundlegende Architektur des DMN weitestgehende Einigkeit besteht, können hinsichtlich der Bedeutung der RSA in Verbindung mit den Funktionen des Netzwerks unterschiedliche bzw. erweiterte Ansichten diskutiert werden. So kann z. B. angezweifelt werden, dass sich in der unnatürlichen Umgebung des Scanners tatsächlich ein Zustand der mentalen Ruhe einstellen kann, in dem die Gedanken frei flottieren und sich auf die eigene Person richten können. Es ist statt-

dessen ebenso denkbar, dass die neuronale Aktivität des DMN in diesem vermeintlichen Ruhezustand eine Aufmerksamkeitslenkungen auf die unnatürliche Umgebung im Scanner, eine Reaktion auf die lauten Geräusche der fMRT-Untersuchung oder die ungewohnt eingeschränkte Bewegungsfreiheit reflektiert. Plakativ gesagt könnte es sein, dass es sich bei der mittels fMRT gemessenen Aktivität des DMN folglich nicht um ein auf das Selbst spezialisiertes System, sondern um ein neuronales Netzwerk handelt, welches Angst- oder Monitoringprozesse verarbeitet. Stützende Hinweise auf den letztgenannten Aspekt lassen sich bei den Überlegungen von Mantini und Vanduffel (2013) finden. Sie kontrastieren die sogenannte „internal mentation hypothesis“ (ebd., S. 80) mit der „sentinel hypothesis“ (ebd., S. 81). Dabei bezieht sich die erste Perspektive auf die in Abschnitt 11.2.3 vorgestellte Funktion des DMN in Hinsicht auf die Verarbeitung spontaner, selbstbezogener Gedanken (mind-wandering). Hinsichtlich der zweiten Perspektive wird hingegen angenommen, dass die Ruhezustandsaktivität des DMN lediglich unfokussierte Monitoringprozesse der Umwelt widerspiegelt (Mantini & Vanduffel, 2013).

In Bezug auf die zweite vorstehend formulierte Annahme, dass das DMN in Zusammenhang mit der Verarbeitung von Angstreaktionen stehen könnte, konnten Zhao et al. (2007) zeigen, dass bei Angstpatienten im Vergleich zu gesunden Personen eine erhöhte Aktivität im MPFC und PCC, den Kernbereichen des DMN, in einer angstbesetzten Experimentalbedingung, nicht jedoch in einer Ruhebedingung gemessen werden kann. Aus Sicht der Autorinnen und Autoren stehen diese spezifischen Befunde jedoch nicht im Widerspruch zu der Annahme einer selbstbezogenen Informationsverarbeitung im DMN. Sie argumentieren, dass in der angstbesetzten Experimentalbedingung im Scanner bei Angstpatienten eine Verschiebung des Aufmerksamkeitsfokusses weg von den angstbesetzten Stimuli stattfindet und sich stattdessen verstärktes selbstbezogenes Denken einstellt (Zhao et al., 2007). Darüber hinaus konnte gezeigt werden, dass bei den Erhebungen mittels PET und MEG, beides Verfahren ohne laute Hintergrundgeräusche, ebenfalls ein linearer Zusammenhang zwischen der Anzahl selbstbezogener Gedanken und der Aktivität der einzelnen Bereiche des DMN (D'Argemba et al., 2005; Ioannides, 2018) besteht. Insgesamt kann somit geschlossen werden, dass die angeführten unnatürlichen Experimentalbedingungen in den bildgebenden Verfahren einen Einfluss auf die Messung der Ruhezustandsaktivität im DMN nehmen können und auch bei der Interpretation der Daten beachtet werden müssen. Da sich die RSA jedoch mit unterschiedlichen neurowissenschaftlichen Verfahren sicher darstellen lässt, können zumindest die Annahmen bezüglich spezifischer Störfaktoren (z. B. Geräuschpegel im fMRT) vernachlässigt werden.

Neben den berichteten Schwierigkeiten in Bezug auf die unnatürliche Untersuchungssituation beim Einsatz von neurowissenschaftlichen Messmethoden, stellt auch die hohe Empfindlichkeit der bildgebenden Verfahren gegenüber der Bewegungen von Probandinnen und Probanden eine besondere Herausforderung in der Erforschung des Selbst dar. Bezogen auf das DMN konnten Mowinckel, Espeseth und Westlye (2012) zeigen, dass die Konnektivität des Netzwerkes in einer fMRT-Studie signifikant positiv mit der Bewegung der untersuchten erwachsenen Probandinnen und Probanden zusammenhing. Je mehr diese sich bewegten, desto mehr funktionelle Konnektivität konnte innerhalb des Netzwerkes nachgewiesen werden. Dies kann insbesondere in Bezug auf Studien mit Neugeborenen und Kleinkindern bedeutsam sein. Ihnen kann die Wichtigkeit einer stillen Position während der Untersuchung häufig nicht gut vermittelt werden. Aus diesem Grund werden die Untersuchungen mitunter mit schlafenden Probandinnen und Probanden vorgenommen (Gao et al., 2008). Allerdings konnten Horovitz et al. (2009) und Sämann et al. (2011) für erwachsene Patienten nachweisen, dass die Interkonnektivität sowie die Aktivität einzelner Hirnareale des DMN mit der Tiefe des natürlichen Schlafes abnimmt. Insgesamt kann dies auf eine Beteiligung des DMN an einem Wachheits- oder Bewusstseinszustand hindeuten (Horovitz et al., 2009). Die Aussagekraft der Ergebnisse von Studien mit Kindern kann somit entweder durch eine verstärkte Bewegung oder durch eine veränderte Hirnaktivität im Schlaf eingeschränkt werden. Gleichzeitig zeigen die vorstehenden Befunde, dass Schlaf während neurowissenschaftlicher Untersuchungen die Vergleichbarkeit der Hirnaktivität zu anderen, nicht schlafenden Probandinnen und Probanden (z. B. älteren Kinder, Erwachsenen), deutlich erschweren kann (Gao et al., 2008).

Ein weiteres grundlegendes Problem der bildgebenden Verfahren besteht darüber hinaus darin, dass sie teuer und aufwändig in der Durchführung sind. Neurowissenschaftliche Studien können daher häufig auch in der Erforschung selbstbezogener Prozesse nur an kleinen Stichproben durchgeführt werden. Dies kann, auch aufgrund der damit einhergehenden hohen Sensibilität der Daten gegenüber Ausreißern, die Interpretation der Daten stark einschränken.

Die vorangegangenen Ausführungen zeigen deutlich, dass der Einsatz von bildgebenden Verfahren bei der Erforschung des Selbst besondere Herausforderungen mit sich bringt und insbesondere potentielle Einflussfaktoren der Untersuchungssituation bzw. -instrumente bei der Interpretation der Daten differenziert berücksichtigt werden müssen.

Einschränkungen und Grenzen beim Einsatz der neurowissenschaftlichen Methodik in der Erforschung des Selbst lassen sich auch in Bezug auf die Möglichkeiten bei der Versuchsplanung sowie hinsichtlich der Operationa-

lisierung des Konstrukts entdecken. Die engen räumlichen Gegebenheiten im Scanner stellen dabei grundsätzlich einen problematischen Aspekt dar. Auch wenn, wie im ersten Abschnitt des vorliegenden Kapitels dargestellt, in neurowissenschaftlichen Studien zum Selbst verschiedenste experimentelle Paradigmen zur Anwendung kommen, so findet sich als Untersuchungsgegenstand häufig doch lediglich das wieder, was Greve (2000b) als die Inhalte des Selbst bezeichnet. Die Erforschung des Selbstkonzepts, welches in neurowissenschaftlichen Studien z. B. mit Aufgaben zur selbstbezogenen Beurteilung von Eigenschaftswörtern, zum Erkennen des eigenen Gesichts oder zum Abruf von autobiographischen Erinnerungen untersucht wird, stellt aber nur eine Facette des Gesamtkonstrukts Selbst dar. Doch das komplexe Zusammenspiel verschiedener Inhalte und Prozesse des Selbst (Greve, 2000b) lässt sich grundsätzlich, jedoch insbesondere im Rahmen der neurowissenschaftlichen Methodik nur schwer operationalisieren und erfassen.

Es lässt sich zudem feststellen, dass in Studien über die selbstbezogenen Funktionen des DMN konfundierende Variablen eine bedeutsame Rolle spielen können. Diesbezüglich konnten Moran, Macrae, Heatherton, Wyland und Kelley (2006) sowie Phan et al. (2004) zeigen, dass die Valenz der Stimuli keinen Effekt auf selbstbezogene Verarbeitungsprozesse ausbildet. Qin und Northoff (2011) hingegen berichteten, dass in Aufgaben mit selbstbezogenen Urteilen die Vertrautheit mit präsentierten Stimuli einen konfundierenden Einfluss nimmt und nur ausgewählte Strukturen des DMN tatsächlich ausschließlich auf selbstbezogene Items reagieren. Darüber hinaus beschreiben Mak et al. (2017) in ihrer Metaanalyse, dass zumindest in einigen Studien die funktionelle Konnektivität des DMN in Abhängigkeit vom Geschlecht der Probandinnen und Probanden variierte. Die genannten Variablen stehen exemplarisch für eine Vielzahl potentieller Störfaktoren, die in der bisherigen neurowissenschaftlichen Untersuchung des Selbst jedoch noch zu wenig Beachtung gefunden haben und weiter erforscht werden sollten.

Über die oben aufgeführte spezifische methodische Kritik hinaus, ergibt sich die Frage, welche Interpretationen und Schlussfolgerungen aus den Daten der neurowissenschaftlichen Erforschung des Selbst möglich und zulässig sind. Mittels bildgebender Verfahren werden häufig einzelne Aspekte des Selbst (siehe Abschnitt 11.1) untersucht. Dabei können die Ergebnisse lediglich Aufschluss über die neuronalen Zusammenhänge und Verarbeitungsmuster der jeweils untersuchten spezifischen Prozesse leisten. Es können jedoch keine übergeneralisierten Aussagen über das ganzheitlich-philosophische Konstrukt des Selbst und der Verortung seiner mentalen Repräsentation getroffen werden. Trotzdem lassen sich häufig genau solche Aussagen finden und es wird entsprechend vom „core-self system“ (Davey et al., 2016, S. 396) oder dem „self-representation core“ (Io-

annides, 2018, S. 9) gesprochen. Inhaltliche Fehlschlüsse, wie Gillihan und Farah (2005) sie exemplarisch an einer Arbeit von Craik et al. (1999) aufzeigen, treten ebenfalls auf. Während Craik et al. (1999) selbst deutlich auf die Einschränkungen ihrer Ergebnisse hinweisen: „every significant activation in the self-syllable contrast was also found in either the other-syllable contrast or the general-syllable contrast, or both“ (S. 30), nutzen andere Autorinnen und Autoren (siehe Fossati et al., 2003; Keenan, Freund, Hamilton, Ganis & Pascual-Leone, 2000; Platek, Keenan, Gallup & Mohamed, 2004) die Ergebnisse dieser Studie, um eine spezifische Verarbeitung selbstbezogener Informationen innerhalb bestimmter Hirnregionen hervorzuheben (Gillihan & Farah, 2005). Gillihan und Farah (2005) nennen zudem die intuitive Plausibilität des Selbst als eigenständiges System als Grund für die mangelnde Verwendung experimenteller Kontrollbedingungen sowie eine unkritische Interpretation neurowissenschaftlicher Ergebnisse. Dieser unachtsame Umgang mit neurowissenschaftlichen Befunden führt jedoch unweigerlich zu der Verbreitung von falschen Annahmen über neuronale Zusammenhänge in Bezug auf selbstbezogene Verarbeitungsprozesse. Eine legitime Schlussfolgerung wäre beispielsweise: Besonders aktiv bei der Verarbeitung selbstbezogener Informationen involvierte Hirnareale und Netzwerke scheinen zumindest teilweise an der Repräsentation des Selbst und dessen Wahrnehmung beteiligt zu sein (Moran, 2016). Auf solch differenzierte Formulierungen sollte in zukünftigen Forschungsarbeiten verstärkt Wert gelegt werden, um die Ergebnisse der Neurowissenschaften effektiv in die Erforschung des Selbst integrieren zu können.

Denn tatsächlich lassen sich mittels bildgebender Verfahren Einblicke in viele unterschiedliche Prozesse selbstbezogener Verarbeitung gewinnen. So unterteilt Heatherton (2011) in seiner Übersichtsarbeit unter anderem die Prozesse der Self-Awareness, der Mentalisierungsfähigkeit, der Selbstregulation, des Wissens über sich selbst sowie des affektiven Selbst. Mittels neurowissenschaftlicher Methoden lassen sich Überschneidungen und Differenzen in diesen miteinander verwandten und verbundenen Prozessen entdecken und somit inhaltliche Rückschlüssen auf die jeweils zugrundeliegende Definition des Selbst ziehen. Die neurowissenschaftliche Forschungsperspektive bietet somit die Chance, über die Erforschung der neuronalen Basis von selbstbezogenen Teilprozessen das umfassende Konstrukt des Selbst detaillierter zu verstehen.

11.4 Fazit und Ausblick

Die neurowissenschaftliche Erforschung des Selbst hat mit dem Default Mode Netzwerk ein Modell hervorgebracht, welches als empirisch fundiert und fruchtbar eingeordnet werden kann. Die bisherigen Erkenntnisse über die selbstbezogenen Funktionen, die hirnanatomische Reifung des DMN sowie deren Zusammenhänge zur Selbstentwicklung liefern einen wichtigen Beitrag für ein besseres Verständnis des Selbst im Lebenslauf. Gleichzeitig besteht die Annahme, dass auch neuronale Strukturen außerhalb des DMN an selbstreferentiellen Prozessen beteiligt sind. Die künftigen Herausforderungen der Neurowissenschaften liegen darin, den technischen Fortschritt (z. B. über die Virtual Reality) für sich zu nutzen, um über die neuronalen Grundlagen des Selbst weiterführende Erkenntnisse zu gewinnen. So können vorliegende Modelle und Theorien der Psychologie des Selbst gestützt und erweitert werden. Hierbei sollte jedoch beachtet werden, dass sich die neurowissenschaftlichen Erkenntnisse immer nur auf Teilaspekte des Selbst beziehen können und keine inhaltlichen Schlussfolgerungen über das gänzliche Konstrukt erlauben. Bei aller methoden- und inhaltsbezogener, spezifischer und allgemeiner Kritik stellt die neurowissenschaftliche Methodik zur Erforschung des Selbst jedoch eine wichtige Bereicherung und Ergänzung der etablierten Forschung dar.

11.5 Literaturverzeichnis

- Andrews-Hanna, J. R., Snyder, A. Z., Vincent, J. L., Lustig, C., Head, D., Raichle, M. E. et al. (2007). Disruption of large-scale brain systems in advanced aging. *Neuron*, 56(5), 924-935. doi: 10.1016/j.neuron.2007.10.038
- Bear, M. F., Connors, B. W. & Paradiso, M. A. (2009). *Neurowissenschaften: Ein grundlegendes Lehrbuch für Biologie, Medizin und Psychologie*. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag. doi:10.1007/978-3-662-57263-4
- Beer, J. S. (2011). A social neuroscience perspective on the self. In M. R. Leary & J. P. Tangney, J. P. (Hrsg.), *Handbook of Self and Identity*. 2nd ed. (S. 638-655). New York City: Guilford Press.
- Brewer, J., Garrison, K. & Whitfield-Gabrieli, S. (2013). What about the "self" is processed in the posterior cingulate cortex?. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(647), 1-7. doi:10.3389/fnhum.2013.00647
- Buckner, R. L., Andrews-Hanna, J. R. & Schacter, D. L. (2008). The brain's default network. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124, 1-38. doi:10.1196/annals.1440.011
- Ceylan, M. E., Dönmez, A. & Ülsalver, B. Ö. (2015). The contribution of the cerebellum in the hierarchical development of the self. *The Cerebellum*, 14(6), 711-721. doi:10.1007/s12311-015-0675-7

- Christoff, K., Gordon, A. M., Smallwood, J., Smith, R. & Schooler, J. W. (2009). Experience sampling during fMRI reveals default network and executive system contributions to mind wandering. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(21), 8719-8724. doi:10.1073/pnas.0900234106
- Costandi, M. (2015). Default Mode Network. In M. Costandi (Hrsg.), 50 Schlüsselideen Hirnforschung (S. 160-163). Berlin, Heidelberg: Springer Spektrum. doi:10.1007/978-3-662-44191-6_41
- Craik, F. I. M., Moroz, T. M., Moscovitch, M., Stuss, D. T., Winocur, G., Tulving, E. et al. (1999). In search of the self: A Positron Emission Tomography study. *Psychological Science*, 10(1), 26-34. doi:10.1111/1467-9280.00102
- Cui, J., Tymofiyeva, O., Desikan, R., Flynn, T., Kim, H., Gano, D. et al. (2017). Microstructure of the default mode network in preterm infants. *American Journal of Neuroradiology*, 38(2), 343-348. doi:10.3174/ajnr.A4997
- D'Armenabeau, A., Ruby, P., Collette, F., Degueldre, C., Baletau, E., Luxen, A. et al. (2007). Distinct regions of the Medial Prefrontal Cortex are associated with self-referential processing and perspective taking. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(6), 935-944. doi:10.1162/jocn.2007.19.6.935
- Damoiseaux, J. S., Beckmann, C. F., Sanz Arigita, E. J., Barkhof, F., Scheltens, P., Stam, C. J. et al. (2007). Reduced resting-state brain activity in the "default network" in normal aging. *Cerebral Cortex*, 18(8), 1856-1864. doi:10.1093/cercor/bhm207
- Davey, C. G., Pujol, J. & Harrison, B. J. (2016). Mapping the self in the brain's default mode network. *NeuroImage*, 132, 390-397. doi:10.1016/j.neuroimage.2016.02.022
- Dimitrova, V. & Lüdman, M. (2014). Zur Entwicklung der Fähigkeit zur Perspektivenübernahme. In V. Dimitrova & M. Lüdman (Hrsg.), Sozial-emotionale Kompetenzentwicklung: Leitlinien der Entfaltung der emotionalen Welt (S. 3-7). Wiesbaden: Springer. doi:10.1007/978-3-658-04759-7_2
- Döring, N. & Bortz, J. (2016). Forschungsmethoden und Evaluation. Heidelberg: Springer.
- Fair, D. A., Cohen, A. L., Dosenbach, N. U. F., Church, J. A., Miezin, F. M., Barch, D. et al. (2008). The maturing architecture of the brain's default network. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 105(10), 4028-4032. doi:10.1073/pnas.0800376105
- Fossati, P., Hevenor, S. J., Graham, S. J., Grady, C., Keightley, M. L., Craik, F. et al. (2003). In search of the emotional self: An fMRI study using positive and negative emotional words. *American Journal of Psychiatry*, 160(11), 1938-1945. doi:10.1176/appi.ajp.160.11.1938
- Gao, W., Zhu, H., Giovanello, K. S., Smith, J. K., Shen, D., Gilmore, J. H. et al. (2009). Evidence on the emergence of the brain's default network from 2-week-old to 2-year-old healthy pediatric subjects. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(16), 6790-6795. doi:10.1073/pnas.0811221106
- Gillihan, S. J. & Farah, M. J. (2005). Is self special? A critical review of evidence from Experimental Psychology and Cognitive Neuroscience. *Psychological Bulletin*, 131(1), 76-97. doi:10.1037/0033-2909.131.1.76

- Greicius, M. D., Krasnow, B., Reiss, A. L. & Menon, V. (2003). Functional connectivity in the resting brain: a network analysis of the default mode hypothesis. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100(1), 253-258. doi:10.1073/pnas.0135058100
- Greve, W. (2000a). *Die Psychologie des Selbst*. Weinheim: PVU.
- Greve, W. (2000b). *Die Psychologie des Selbst: Konturen eines Forschungsthemas*. In W. Greve (Hrsg.), *Die Psychologie des Selbst* (S. 15-36). Weinheim: PVU.
- Greve, W. (2007). Selbst und Identität im Lebenslauf. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne* (S. 305-336). Stuttgart: Kohlhammer.
- Gusnard, D. A., Akbudak, E., Shulman, G. L. & Raichle, M. E. (2001). Medial prefrontal cortex and self-referential mental activity: relation to a default mode of brain function. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 98(7), 4259-4264. doi:10.1073/pnas.071043098
- Gusnard, D. A. & Raichle, M. E. (2001). Searching for a baseline: functional imaging and the resting human brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 2(10), 685-694. doi:10.1038/35094500
- Hannover, B. & Greve, W. (2012). *Selbst und Persönlichkeit*. In W. Schneider & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (7., vollständig überarbeitete Auflage). Weinheim, Basel: Belt
- Heatherton, T. F. (2011). Neuroscience of self and self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 62, 363-390. doi:10.1146/annurev.psych.121208.131616
- Horowitz, S. G., Braun, A. R., Carr, W. S., Picchioni, D., Balkin, T. J., Fukunaga, M. et al. (2009). Decoupling of the brain's default mode network during deep sleep. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(27), 11376-11381. doi:10.1073/pnas.0901435106
- Ioannides, A. A. (2018). Neurofeedback and the neural representation of self: lessons from awake state and sleep. *Frontiers in Human Neuroscience*, 12(142), 1-20. doi:10.3389/fnhum.2018.00142
- Keenan, J. P., Freund, S., Hamilton, R. H., Ganis, G. & Pascual-Leone, A. (2000). Hand response differences in a self-face identification task. *Neuropsychologia*, 38(7), 1047-1053. doi:10.1016/S0028-3932(99)00145-1
- Markowitsch, H. J. & Welzer, H. (2005). *Das autobiographische Gedächtnis: hirnorganische Grundlagen und biosoziale Entwicklung*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Mak, L. E., Minuzzi, L., MacQueen, G., Hall, G., Kennedy, S. H. & Milev, R. (2017). The default mode network in healthy individuals: a systematic review and meta-analysis. *Brain Connectivity*, 7(1), 25-33. doi:10.1089/brain.2016.0438
- Mantini, D. & Vanduffel, W. (2013). Emerging roles of the brain's default network. *The Neuroscientist*, 19(1), 76-87. doi:10.1177/1073858412446202
- Mason, M. F., Norton, M. I., Van Horn, J. D., Wegner, D. M., Grafton, S. T. & Macrae, C. N. (2007). Wandering minds: The default network and stimulus-independent thought. *Science*, 315(5810), 393-395. doi:10.1126/science.1131295
- Moran, J. M. (2016). Cognitive Neuroscience of self-reflection. In J. R. Absher & J. Cloutier (Hrsg.), *Neuroimaging Personality, Social Cognition, and Character* (S. 205-219). New York City: Elsevier. doi:10.1016/B978-0-12-800935-2.00010-5

- Moran, J. M., Macrae, C. N., Heatherton, T. F., Wyland, C. L. & Kelley, W. M. (2006). Neuroanatomical evidence for distinct cognitive and affective components of self. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 18(9), 1586-1594. doi:10.1162/jocn.2006.18.9.1586
- Mowinckel, A. M., Espeseth, T. & Westlye, L. T. (2012). Network-specific effects of age and in-scanner subject motion: A resting-state fMRI study of 238 healthy adults. *NeuroImage*, 63(3), 1364-1373. doi:10.1016/j.neuroimage.2012.08.004
- Northoff, G., Heinzel, A., De Greck, M., Bermpohl, F., Dobrowolny, H. & Panksepp, J. (2006). Self-referential processing in our brain: a meta-analysis of imaging studies on the self. *NeuroImage*, 31(1), 440-457. doi:10.1016/j.neuroimage.2005.12.002
- Otti, A., Gündel, H., Wohlschläger, A., Zimmer, C., Sorg, C. & Noll-Hussong, M. (2011). „Default-mode“-Netzwerk des Gehirns: Neurobiologie und klinische Bedeutung. *Nervenarzt*, 83(1), 16-24. doi:10.1007/s00115-011-3307-6
- Phan, K. L., Taylor, S. F., Welsh, R. C., Ho, S.-H., Britton, J. C. & Liberzon, I. (2004). Neural correlates of individual ratings of emotional salience: a trial-related fMRI study. *NeuroImage*, 21(2), 768-780. doi:10.1016/j.neuroimage.2003.09.072
- Platek, S. M., Keenan, J. P., Gallup, G. G. & Mohamed, F. B. (2004). Where am I? The neurological correlates of self and other. *Cognitive Brain Research*, 19(2), 114-122. doi:10.1016/j.cogbrainres.2003.11.014
- Qin, P. & Northoff, G. (2011). How is our self related to midline regions and the default-mode network?. *NeuroImage*, 57(3), 1221-1233. doi:10.1016/j.neuroimage.2011.05.028
- Raichle, M. E. (2015). The brain's default mode network. *Annual Review of Neuroscience*, 38, 433-447. doi:10.1146/annurev-neuro-071013-014030
- Raichle, M. E., MacLeod, A. M., Snyder, A. Z., Powers, W. J., Gusnard, D. A. & Shulman, G. L. (2001). A default mode of brain function. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 98(2), 676-682. doi:10.1073/pnas.98.2.676
- Rochat, P. (2003). Five levels of self-awareness as they unfold early in life. *Consciousness and Cognition*, 12(4), 717-731. doi:10.1016/S1053-8100(03)00081-3
- Sämann, P. G., Wehrle, R., Hoehn, D., Spoormaker, V. I., Peters, H., Tully, C. et al. (2011). Development of the brain's Default Mode Network from wakefulness to slow wave sleep. *Cerebral Cortex*, 21(9), 2082-2093. doi:10.1093/cercor/bhq295
- Sherman, L. E., Rudie, J. D., Pfeifer, J. H., Masten, C. L., McNealy, K. & Dapretto, M. (2014). Development of the default mode and central executive networks across early adolescence: a longitudinal study. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 10, 148-159. doi:10.1016/j.dcn.2014.08.002
- Spreng, R. N., Mar, R. A. & Kim, A. S. (2009). The common neural basis of autobiographical memory, prospection, navigation, theory of mind, and the default mode: a quantitative meta-analysis. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 21(3), 489-510. doi:10.1162/jocn.2008.21029
- Supekar, K., Uddin, L. Q., Prater, K., Amin, H., Greicius, M. D. & Menon, V. (2010). Development of functional and structural connectivity within the default mode network in young children. *NeuroImage*, 52(1), 290-301. doi:10.1016/j.neuroimage.2010.04.009

- Thomason, M. E., Chang, C. E., Glover, G. H., Gabrieli, J. D., Greicius, M. D. & Gotlib, I. H. (2008). Default-mode function and task-induced deactivation have overlapping brain substrates in children. *NeuroImage*, 41(4), 1493-1503. doi:10.1016/j.neuroimage.2008.03.029
- Zhao, X.-H., Wang, P.-J., Li, C.-B., Hu, Z.-H., Xi, Q., Wu, W.-Y. et al. (2007). Altered default mode network activity in patient with anxiety disorders: An fMRI study. *European Journal of Radiology*, 63(3), 373-378. doi:10.1016/j.ejrad.2007.02.006

Jenseits der Selbstauskunft

12. Das Selbst bei dementiellen Erkrankungen

CHRISTINA VON DREHLE, JENNIFER HEGENBART UND
ALEXANDRA VON THADDEN

12.1 Einleitung

„Was da alles verloren geht, das berührt mich. Es ist, als würde ich dem Vater in Zeitlupe beim Verbluten zusehen. Das Leben sickert Tropfen für Tropfen aus ihm heraus. Die Persönlichkeit sickert Tropfen für Tropfen aus der Person heraus. Noch ist das Gefühl, dass dies mein Vater ist, der Mann, der mitgeholfen hat, mich großzuziehen, intakt. Aber die Momente, in denen ich den Vater aus früheren Tagen nicht wiedererkenne, werden häufiger, [...].“
(Geiger, 2011, S.12)

Was bleibt noch übrig vom Selbst eines Menschen, wenn Erinnerungen und der Bezug zur eigenen Persönlichkeit verloren gehen? In seinem Buch „Der alte König in seinem Exil“ (2011) spricht Arno Geiger offen über die Demenz seines Vaters. Er hat den Eindruck, dass sein Vater durch die Demenzerkrankung nicht mehr er selbst ist, dass seine Persönlichkeit nach und nach dahinschwindet.

Angehörige und Außenstehende erleben es häufig so, als habe sich das Selbst bei Demenzerkrankten vollkommen verändert oder sei gar verloren gegangen. Vieles, was die Person ausgemacht hat, scheint verschwunden. Ein für Betroffene und Außenstehende offensichtlich wahrnehmbarer Aspekt ist der Verlust von Erinnerungen, vor allem denen des autobiographischen Gedächtnisses (Seidl, Ahlsdorf & Schröder, 2007). Dies reicht von banalen Dingen, wie dem Mittagessen am letzten Sonntagnachmittag, bis hin zu bedeutenden Erinnerungen an das eigene Kind. Ebenso sind Persönlichkeitsveränderungen eine häufige Beobachtung von Angehörigen (Davison, Neale & Hautzinger, 2007). So kann beispielsweise eine Person, die immer als besonders sanftmütig und harmoniebedürftig galt, im Zuge der Demenzerkrankung plötzlich häufig aggressives Verhalten zeigen.

Andreas Kruse (2017) schreibt in seinem Buch über die Lebensphase des hohen Alters, die Demenz berühre nicht nur gewisse Teile des Menschen, sondern zunehmend die ganze Person. Aber was bedeutet das für das Selbst? Verschwindet es, verändert es sich oder bleibt es vielleicht doch unberührt und scheint nur nach außen für andere verändert?

Dieses Kapitel nähert sich dem Selbst unter Betrachtung der Demenz, insbesondere im Hinblick auf zwei ihrer Hauptsymptome, den Verlust von Erinnerungen und Persönlichkeitsveränderungen. Dabei soll der übergeordneten Frage nachgegangen werden, was wir anhand von Demenzerkrankungen über notwendige Bestandteile des Selbst lernen können.

12.2 Prävalenz und Definition der Demenz

Die Demenz ist eine weit verbreitete Alterskrankheit. In Deutschland waren zum Ende des Jahres 2016 etwa 1,7 Millionen Menschen von Demenz betroffen (Deutsche Alzheimer Gesellschaft [DAG] e.V. Selbsthilfe Demenz, 2018). Weltweit gab es im Jahr 2015 nach Angaben des Alzheimer's Disease International etwa 46,8 Millionen an Demenz erkrankter Menschen (McCabe, You & Tatangelo, 2016) und es wird davon ausgegangen, dass sich diese Zahl bis zum Jahr 2030 auf ca. 70 Millionen erhöhen wird (World Health Organization, 2012).

Es handelt sich um eine heterogene Erkrankung, die durch unterschiedliche ätiologische Faktoren bedingt sein kann (Perrez & Baumann, 2005). Aus neuropsychologischer Perspektive kommt es bei der Demenz zu Eiweißablagerungen im Gehirn, den sogenannten amyloiden Plaques, die zu einem Funktionsverlust und anschließend zu einem Absterben der Nervenzellen führen (Kastner, 2014a). Dabei sind je nach Art der Demenz unterschiedliche Gehirnbereiche betroffen (Kurz, Freter, Saxl & Nickel, 2016). Das dementielle Syndrom ist durch Gedächtnisstörungen und Einschränkungen anderer kognitiver Fähigkeiten gekennzeichnet, die chronisch oder immer weiter fortschreitend sind (Perrez & Baumann, 2005). In vielen Fällen kommt es zu Veränderungen der sozialen Verhaltensweisen, der Stimmungen oder den Persönlichkeitszügen (Kurz et al., 2016). Auch die emotionale Kontrolle kann eingeschränkt sein. Insgesamt führt die Erkrankung bei den Betroffenen in den meisten Fällen zu starken Beeinträchtigungen der alltäglichen Aktivitäten (Dilling, Mombour & Schmidt, 2015).

12.2.1 Demenzarten

Es gibt verschiedene Arten der Demenz, wobei dabei im Allgemeinen zwischen kortikalen und subkortikalen Demenzen unterschieden wird (Stoppe, 2003). Zu den häufigsten Demenzarten zählen die vaskuläre Demenz, die semantische Demenz, Demenz mit Lewy-Körperchen, sowie die Alzheimer-Demenz und die Frontotemporale Demenz (für eine Übersicht siehe Dilling et al., 2015). Auf die beiden zuletzt genannten Demenzformen werden wir uns in diesem Kapitel fokussieren, da sich durch die entspre-

chenden Kernsymptome interessante Erkenntnisse zu wichtigen Bestandteilen des Selbst ableiten lassen.

Alzheimer-Demenz

Von den 1,7 Millionen Menschen in Deutschland, die von Demenz betroffen sind, ist bei etwa zwei Dritteln die Alzheimer-Krankheit Ursache der Demenz (DAG e.V. Selbsthilfe Demenz, 2018). Die Alzheimer-Krankheit ist dementsprechend die häufigste Form der Demenz. Die vom Verlust der Nervenzellen betroffenen Hirnbereiche sind hauptsächlich der Neokortex, vor allem dessen parietal-temporalen Anteile, der Hippocampus und die Amygdala (Bauer & Berger, 1993). Die Ausbreitung des Nervenzellverlusts erfolgt langsam, erstreckt sich aber schließlich über das gesamte Gehirn (Kastner, 2014a). Zentrale Merkmale sind Störungen des Kurz- und Langzeitgedächtnisses, des abstrakten Denkens und der Urteilsfähigkeit (Dilling et al., 2015). Insbesondere das autobiographische Gedächtnis ist in den Anfangsstadien der Alzheimer-Demenz betroffen, wohingegen semantische Gedächtnisinhalte länger bestehen bleiben. Dieser Verlust von autobiographischen vor semantischen Erinnerungen und der Verlust von früh vor spät Erlerntem lässt sich als umgekehrter phylogenetischer Entwicklungsprozess interpretieren (Seidl et al., 2007). Zudem kommt es zu einem zunehmenden Verlust der Orientierung, im späteren Verlauf der Krankheit auch in bekannter Umgebung. Des Weiteren kann es zu einem verringerten Antrieb, einer Veränderung der Grundstimmung, sowie zu Veränderungen der Persönlichkeit kommen (Gutzmann, 1992), wobei diese weniger im Vordergrund stehen als der Verlust autobiographischer Erinnerungen (Seidl et al. 2007).

Frontotemporale Demenz

Die Frontotemporale Demenz macht etwa 10 bis 15 Prozent der Demenzerkrankungen aus. Sie hat meist einen früheren Beginn als die anderen Demenzerkrankheiten. Dieser liegt normalerweise am Ende des fünften Lebensjahrzehnts (Davison et al., 2007). Aus neuropsychologischer Sicht kommt es bei der Frontotemporalen Demenz hauptsächlich zu Atrophien in unterschiedlichen Bereichen des Frontallappens (Jahn, 2004). Die Hauptcharakteristika dieser Demenzart sind die starken Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen der Betroffenen, die neben den ebenfalls vorhandenen kognitiven Einschränkungen auftreten (Davison et al., 2007). Die kognitiven Fähigkeiten verschlechtern sich jedoch meist erst in einem späteren Stadium der Erkrankung. Zwar haben Angehörige oft bereits ab dem Anfangsstadium den Eindruck, die erkrankte Person würde vieles vergessen,

jedoch ist dieses Vergessen meist eher durch Nachlässigkeit und Desinteresse, also Persönlichkeitsveränderungen bedingt (Greck, Lautenschlager & Kurz, 2000).

12.3 Das Selbst unter Betrachtung der Demenz

Wie im vorherigen Abschnitt bereits beschrieben, kommt es bei dementiellen Erkrankungen zur Degeneration und Atrophie gewisser Hirnbereiche in Abhängigkeit der Art der Demenz. Bei der Alzheimer-Demenz sind vor allem Hirnbereiche betroffen, die für Abruf und Speicherung von Erinnerungen zuständig sind. Bei der Frontotemporalen Demenz hingegen sind insbesondere Bereiche des Gehirns betroffen, die Persönlichkeitseigenschaften, Verhalten und Emotionen steuern. Es ist denkbar und zum Teil auch bereits empirisch untersucht, dass Erinnerungen und Persönlichkeitseigenschaften im Zusammenhang mit dem Selbst stehen. Nach den oben dargestellten Demenzarten ist anzunehmen, dass beide aufgrund ihrer unterschiedlichen Symptome und der divergierenden betroffenen Hirnbereiche verschiedene Auswirkungen auf das Selbst haben sollten. Im Folgenden soll sich daher vertieft mit der Frage auseinandergesetzt werden, wie sich das Selbst bei diesen beiden Demenzerkrankungen zeigt. Geht es verloren, wenn Hirnbereiche atrophieren, die im Zusammenhang mit dem Selbst stehen?

Diese Aspekte sollen in den folgenden Abschnitten dieses Kapitels beleuchtet und diskutiert werden. Dabei erfolgt eine Differenzierung zwischen Alzheimer-Demenz und Frontotemporaler Demenz aufgrund der unterschiedlichen Symptomatik und Verläufe der Krankheiten.

12.3.1 Das Selbst bei Alzheimer-Demenz

Bereits im Kapitel über das hohe Lebensalter wurde deutlich, dass die Selbstdefinition älterer Menschen überwiegend auf zurückliegenden Ereignissen, sprich Erinnerungen basiert (vgl. Kapitel 7). Was passiert nun mit dem Selbst von Menschen, bei denen genau dieser Aspekt im Rahmen einer Alzheimer-Erkrankung beeinträchtigt ist? Zur Beantwortung dieser Frage werden im Folgenden diverse Theorien zum Zusammenhang von autobiographischen Erinnerungen und dem Selbst betrachtet und anschließend mit empirischer Forschung in Bezug gesetzt.

Theorien zum Zusammenhang zwischen Erinnerungen und dem Selbst

Zahlreiche Theorien der Philosophie und Psychologie nehmen einen Zusammenhang zwischen autobiographischen Erinnerungen und dem Selbst an (Addis & Tippett, 2004).

Bereits 1731 postulierte John Locke, dass das Selbst einer Person so weit reiche, wie die Erinnerung dieser Person, womit er eine frühe philosophische Annahme zur Verbindung zwischen Erinnerungen und dem Selbst aufstellte. Diese Annahme bleibt bis heute in Theorien bestehen, beispielsweise im life story model von McAdams (1985, 1993, 1996). Dieses Modell betrachtet den Zusammenhang zwischen dem Selbst und autobiographischen Erinnerungen aus der psychologischen Perspektive und nimmt an, dass Menschen in der späten Jugend und dem frühen Erwachsenenalter beginnen, die eigene Vergangenheit zu rekonstruieren, die Gegenwart wahrzunehmen und die Zukunft auf Basis einer internalisierten life story vorherzusagen. Diese life story besteht aus limitierten, spezifischen Informationen und Erinnerungen, die zusammengenommen das Selbst bilden. Das Selbst äußert sich gemäß des life story model of identity also in einer internalisierten Lebensgeschichte, die auf autobiographischen Erinnerungen, Kulturen und sozialen Einflüssen beruht (McAdams, 2001).

Der Lebensabschnitt des jungen Erwachsenenalters spielt auch bei der self-narrative hypothesis (Fitzgerald, 1996) eine bedeutende Rolle. Diese nimmt einen Zusammenhang zwischen autobiographischen Erinnerungen und dem Selbst an, unter Berücksichtigung des reminiscence bump. Dieses Phänomen beschreibt die Überrepräsentation von autobiographischen Erinnerungen des jungen Erwachsenenalters (16 bis 25 Jahre) in Recall-Aufgaben. Die self-narrative hypothesis erklärt dieses Phänomen dadurch, dass die Phase des jungen Erwachsenenalters sehr prägend für das Selbst ist und somit besonders lebhaft autobiographische Erinnerungen enkodiert werden, die wiederum entscheidend für die Entwicklung des Selbst sind (Addis & Tippett, 2004).

Klein, German, Cosmides und Gabriel (2004) sind der Ansicht, dass autobiographische Selbstkenntnis die Fähigkeit und Kapazität erfordert, das Selbst als eine psychologische, kohärente Einheit über die Zeit hinweg wahrzunehmen. Autobiographische Erinnerungen bieten die Möglichkeit, vergangene Ereignisse mental wiederzuerleben und somit das Selbst als eine kohärente Entität zu erfassen. Klein et al. (2004) behaupten, dass dies nur möglich ist, wenn drei Kapazitäten vorhanden sind: die Kapazität zur Selbstreflektion, die Wahrnehmung über das eigene Handeln und die Fähigkeit, über die Zeit nachzudenken. Sollte eine der drei Kapazitäten nicht vorliegen, so nehmen die Autoren an, dass die Fähigkeit, autobiographische

Erinnerungen wiederzuerleben, eingeschränkt und somit ebenfalls das Selbst betroffen ist.

Denkbar wäre nicht nur ein Einfluss der Erinnerungen auf das Selbst, sondern auch ein Einfluss des Selbst auf Erinnerungen und somit eine wechselseitige Beziehung. Das Self-Memory System (SMS) nimmt eine solche bidirektionale Verbindung zwischen Erinnerungen und dem Selbst an und betont deren Verbundenheit (Conway, 2005; Conway & Pleydell-Pearce, 2000). Das SMS setzt sich aus dem Arbeits-Selbst (working self) und der autobiographischen Wissensbasis zusammen. Diese Komponenten stellen zusammen ein Modell zum Abruf von Erinnerungen dar. Es besteht eine reziproke Verbindung, in welcher Erinnerungen als Datenbasis für das Selbst dienen und das Selbst wiederum den Zugang zu Wissen und Langzeiterinnerungen moduliert. Demnach wäre bei einer Beeinträchtigung des Gedächtnisses, wie es bei einer dementiellen Erkrankung der Fall ist, auch das Selbst betroffen.

Empirische Forschung: Alzheimer-Demenz und das Selbst

Die dargestellten Theorien und die postulierten Annahmen führen zu der Hypothese, dass ein Verlust autobiographischer Erinnerungen, wie bei der Alzheimer-Demenz typisch, einen Einfluss auf das Selbst hat und Erinnerungen somit einen wichtigen Bestandteil des Selbst ausmachen. Zur Stützung dieser Annahme bedarf es allerdings der Berücksichtigung empirischer Forschung. Aufgrund dessen stellen wir im Folgenden verschiedene Untersuchungen dar, wobei wir zunächst Studien betrachten, die einen Zusammenhang von autobiographischen Erinnerungen und dem Selbst belegen konnten. Anschließend werden Studien dargelegt, die weitere Variablen als Einflussquellen berücksichtigen, sowie Studien, die keinen Zusammenhang bestätigen konnten.

Addis und Tippett (2004) verglichen beispielsweise Personen mit Alzheimer-Demenz mit einer Kontrollgruppe gesunder älterer Menschen und erhoben autobiographische Erinnerungen sowie verschiedene Indikatoren des Selbst. Es zeigte sich, dass Defizite im autobiographischen Gedächtnis, insbesondere für Erinnerungen der Kindheit und des jungen Erwachsenenalters, die Stärke und Qualität des Selbst beeinflussten. Angaben zum Selbst, die in einer Recall- und Recognition-Aufgabe erhoben wurden, waren bei Alzheimer-Demenzpatienten allgemein in geringerer Anzahl vorhanden (Stärke des Selbst), sowie abstrakter und vager als bei gesunden älteren Menschen (Qualität des Selbst). Diese Befunde stützen die self-narrative hypothesis (Fitzgerald, 1996) und den maßgeblichen Einfluss von Erinnerungen auf das Selbst.

Eine weitere Studie von Martinelli, Anssens, Sperduti und Piolino (2013) untersuchte den Einfluss von Alzheimer-Demenz auf Erinnerungen, die besonders prägend für das Selbst sind, bei Probanden mit mild ausgeprägter Alzheimer-Demenz und einer gesunden älteren Vergleichsgruppe. Die Probanden wurden aufgefordert, sich Erinnerungen ins Gedächtnis zu rufen, die aus ihrer Sicht erklären, wer sie sind (z. B. „the day I really understood how revitalizing mountain hiking was to me“). Die an Alzheimer Erkrankten berichteten weniger solcher Erinnerungen als gesunde Probanden, da Erinnerungen, die besonders prägend für das Selbst sind, laut den Autoren bereits in den Anfangsstadien der Alzheimer-Demenz verschwinden. Dieser Umstand könnte wiederum die Beeinträchtigung des Selbst bei dieser Erkrankung erklären (El Haj, Antoine, Nandrino & Kapogiannis, 2015).

Die Autoren der dargelegten Studien nehmen aufgrund ihrer Ergebnisse an, dass eine Beeinträchtigung des Selbst unter anderem durch den Verlust von autobiographischen Erinnerungen bedingt ist. Die Ergebnisse stützen die oben dargestellten Theorien, umgekehrt erklären die Theorien die Ergebnisse der Studien. Allerdings bleibt zu berücksichtigen, dass autobiographische Erinnerungen mit unterschiedlichen Methoden erhoben wurden, was offenlässt, inwiefern die Studien miteinander vergleichbar sind und die Frage zum Einfluss autobiographischer Erinnerungen auf das Selbst tatsächlich beantworten.

Anhand anderer empirischer Forschungen wurde zudem der Einfluss zusätzlicher Variablen untersucht. In einer dieser Studien wurde beispielsweise neben biographischen Erinnerungen und dem Selbst auch das Wohlbefinden erhoben (Jetten, Haslam, Pugliese, Tonks & Haslam, 2010). Dabei konnte festgestellt werden, dass der Verlust biographischer Erinnerungen durch Demenz das Wohlbefinden beeinflusst. Dies ist laut den Autoren primär dadurch bedingt, dass durch die dementielle Erkrankung ebenfalls ein Verlust des Selbst vorliegt. Die Beeinträchtigung des Selbst fungiert hier also als Mediator zwischen dem Verlust von autobiographischen Erinnerungen und dem Wohlbefinden.

Naylor und Clare (2008) untersuchten ebenfalls den Einfluss dementieller Erkrankungen und des damit einhergehenden Verlusts von autobiographischen Erinnerungen auf das Selbst und erhoben als zusätzliche Variable das Bewusstsein für den Verlust eigener Erinnerungen. Ein direkter Zusammenhang zwischen autobiographischen Erinnerungen und dem Selbst konnte nicht bestätigt werden. Allerdings war ein geringes Bewusstsein für den Verlust eigener Erinnerungen einerseits mit einem schlechteren Abruf autobiographischer Erinnerungen und andererseits mit einem positiven und starken Bewusstsein des Selbst assoziiert. Die Autoren äußern die Vermutung, dass ein geringes Bewusstsein über den Verlust eigener Erinnerungen als Schutzfaktor und Moderator wirkt und somit den nega-

tiven Einfluss defizitärer autobiographischer Erinnerungen auf das Selbst beeinflusst. Denkbar wäre allerdings auch, dass der Verlust von autobiographischen Erinnerungen keinen Einfluss auf das Selbst hat und das Selbst somit unberührt bleibt. Diese Annahme würde im Widerspruch zu den oben beschriebenen Theorien und den bisher dargestellten Studien stehen. Allerdings konnten auch Caddell und Clare (2013) bei der Untersuchung des Zusammenhangs verschiedener kognitiver Fähigkeiten und dem Selbst keinen Einfluss autobiographischer Erinnerungen auf das Selbst feststellen.

Diese Befunde scheinen paradox zur theoretischen Literatur, die diverse Modelle zum Zusammenhang von Erinnerungen und dem Selbst beinhaltet (vgl. Abschnitt 12.3.1). Diese Diskrepanz zwischen Theorie und Wissenschaft erfordert weitere Forschung, die sich unter anderem auch damit auseinandersetzt, ob in den verschiedenen Studien jeweils unterschiedliche Konzepte des Selbst definiert und gemessen werden. Diesem Aspekt widmen wir uns in einem späteren Abschnitt.

Die Gesamtbetrachtung aller dargestellten Studien zu den Auswirkungen der Alzheimer-Demenz lässt darauf schließen, dass autobiographische Erinnerungen zumindest einen Teil des Selbst ausmachen. Der Zusammenhang zwischen Erinnerungen und dem Selbst scheint aber sehr komplex und bleibt trotz diverser Studien und Forschungsergebnisse uneindeutig. Auch zusätzliche Einflussvariablen scheinen eine Rolle zu spielen. Unklar bleibt, wie die unterschiedlichen Ergebnisse und Interpretationen der Studien zustande kommen konnten. Um eine eindeutigere Aussage zum Einfluss autobiographischer Erinnerungen auf das Selbst machen zu können, muss sich die Forschung diesen Unklarheiten und Herausforderungen stellen.

12.3.2 Das Selbst bei Frontotemporaler Demenz

In dem Zitat zu Beginn dieses Kapitels schreibt Arno Geiger (2011), dass die Persönlichkeit seines Vaters Tropfen für Tropfen aus ihm herausicker. Was bedeutet es nun für das Selbst, wenn die Persönlichkeit verloren geht? Um dieser Frage nachzugehen, wird im folgenden Abschnitt erneut zwischen Theorien und empirischer Forschung zur Untersuchung des Zusammenhangs von Persönlichkeit und Selbst differenziert.

Theorien zum Zusammenhang zwischen der Persönlichkeit und dem Selbst

Im Gegensatz zur Alzheimer-Demenz gibt es in Bezug auf die Frontotemporale Demenz weniger Theorien, die einen direkten Zusammenhang zwischen dem Kernsymptom, also der Persönlichkeitsveränderung, und dem

Selbst annehmen. Daher nähern wir uns dieser Beziehung über theoretische Annahmen und diverse empirische Studien.

Staudinger (2000) beschreibt in einem Beitrag über das Selbst und die Persönlichkeit aus Sicht der Lebensspannen-Psychologie, Selbst und Persönlichkeit seien zwei unterschiedliche Konstrukte, die sich auf den gleichen Gegenstandsbereich beziehen. Dieser bezieht das Erleben, Glauben, Fühlen und auch das Verhalten gegenüber anderen Personen, gegenüber der eigenen Person und auch gegenüber der Umwelt ein. Aufgrund der inhaltlichen Nähe der beiden Konstrukte geht die Autorin von einem Zusammenhang zwischen dem Selbst und der Persönlichkeit aus.

In der differentiellen Psychologie basieren zudem viele Persönlichkeitsfragebögen auf Selbstaussagen über die eigenen Persönlichkeitseigenschaften (Mummendey, 2006). Die Messung von Persönlichkeit ist also zugleich auch eine Messung des Selbst, denn es werden Angaben darüber getätigt, wie das Individuum sich selbst als Person einschätzt. Zur Messung des Selbst kommen daher all jene Instrumente in Betracht, die auch in der Persönlichkeitspsychologie Anwendung finden. Dieser Umstand legt erneut nahe, dass ein Zusammenhang zwischen dem Selbst und der Persönlichkeit besteht.

Bei der Selbstkonzepterfassung und der Persönlichkeitserfassung handelt es sich gewöhnlich um die Erfassung relativ überdauernder Einschätzungen (Mummendey, 2006). Unter Berücksichtigung dessen lässt sich eine induktive theoretische Annahme ableiten. Die Persönlichkeitspsychologie geht von überdauernden Merkmalen und einer zunehmenden Stabilität von Persönlichkeitsmerkmalen mit fortschreitendem Alter aus. In der Kindheit, Jugend und dem frühen Erwachsenenalter finden noch deutliche Persönlichkeitsveränderungen statt, die sich im späten Erwachsenenalter bis hin zum hohen Alter festigen (Asendorpf, 2005). Diese zunehmende Stabilität gilt nicht nur für einzelne Persönlichkeitseigenschaften, sondern auch für die gesamte Persönlichkeit (Asendorpf & Neyer, 2012). Wenn Persönlichkeit im hohen Alter als konstante Eigenschaften definiert ist, sind Änderungen der Persönlichkeit folglich konstante Verhaltensänderungen über Situationen hinweg. Aber wie kann es zu solchen Persönlichkeitsveränderungen kommen?

Eine mögliche Annahme ist, dass sich das Selbstbild einer Person wandelt, zum Beispiel aufgrund veränderter Pläne oder Erwartungen. Dies würde wiederum zu anhaltenden Verhaltensänderungen und somit einer veränderten Persönlichkeit führen. Diese Annahme setzt voraus, dass das Selbst mit der Persönlichkeit zusammenhängt und möglicherweise durch dementiell bedingte Persönlichkeitsveränderungen beeinflusst wird. Auch ein umgekehrter Einfluss ist vorstellbar. Käme es beispielsweise aufgrund neuropsychologischer Veränderungen im Frontalkortex (wie bei der Fron-

tototemporalen Demenz typisch) zu einer Beeinträchtigung der Impulskontrolle, würde sich dadurch das Verhalten gegebenenfalls in dem Maße verändern, dass es Konsequenzen für das Selbstbild der Person hat.

Auch einige empirische Studien beschäftigten sich mit dem Zusammenhang zwischen Persönlichkeitseigenschaften und der Entwicklung des Selbst (Hatano, Sugimura, Klimstra, 2017; Topolewska-Siedzik, Ciecuch & Strus, 2018). Persönlichkeitseigenschaften, in Form der Big Five (Asendorpf, 2005), werden dabei in Stabilitäts- und Plastizitätsfaktoren unterschieden, wobei zu den Stabilitätsfaktoren Neurotizismus, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit und zu den Plastizitätsfaktoren Extraversion und Offenheit zählen (Hatano et al., 2017). Die Autoren untersuchten neben den fünf großen Dimensionen auch einzelne Persönlichkeitsaspekte und kamen zu dem Ergebnis, dass Persönlichkeit und Selbst in der Adoleszenz in einer wechselseitigen Beziehung miteinander stehen, auf die in ihrer Komplexität hier nicht weiter eingegangen werden soll. Auch Topolewska-Siedzik und Kollegen (2018) kamen zu dem Schluss, dass die Entwicklung des Selbst von Persönlichkeitseigenschaften abhängig ist, vor allem von den Faktoren Gewissenhaftigkeit und Offenheit.

Empirische Forschung: Frontotemporale Demenz und das Selbst

Nimmt man zunächst Bezug auf die bereits dargestellten theoretischen Zusammenhänge von Erinnerungen und Selbst (vgl. Abschnitt 11.3.1) stellt sich die Frage, ob das Selbst bei einer Frontotemporalen Demenz überhaupt beeinträchtigt ist, da hier der Verlust von Erinnerungen weniger dominant ist als bei der Alzheimer-Demenz. Aufgrund der im vorigen Abschnitt beschriebenen Annahmen ist allerdings auch ein Zusammenhang von Persönlichkeit und Selbst denkbar, sodass eine Beeinträchtigung dieser durch die Frontotemporale Demenz sich auch im Selbst zeigen sollte.

In einer neuroanatomischen Studie von Miller und Kollegen (2001) wurden Patienten mit einer Frontotemporalen Demenz im Hinblick auf Veränderungen des Selbst untersucht. Neuroanatomische Auffälligkeiten wurden mittels Single-Photon-Emissions-Computertomographie (SPECT) und Magnetresonanztomographie (MRT) erfasst. Veränderungen des Selbst wurden anhand von Veränderungen in der politischen Einstellung, materieller, sozialer und religiöser Werte operationalisiert. Es wurde deutlich, dass Patienten mit einer Degenerierung im nicht-dominanten Frontallappen große Veränderungen des Selbst zeigten, obwohl bei ihnen keine Beeinträchtigung der Erinnerungen vorlag. Die Studie stellt eindrücklich dar, dass das Selbst bei einer Frontotemporalen Demenz unabhängig von dem Verlust autobiographischer Erinnerungen beeinträchtigt sein kann. Offensichtlich stehen auch

Störungen im Frontallappen mit Veränderungen des Selbst in Verbindung. Dies geht mit Erkenntnissen des Kapitels zur neurowissenschaftlichen Erforschung des Selbst einher, nach denen das Selbst ebenfalls unter anderem im Präfrontalkortex verortet wird (vgl. Kapitel 11).

Trotz der geringen Anzahl an Theorien und Modellen, die einen Zusammenhang zwischen Persönlichkeit und Selbst annehmen, lässt sich anhand dieser Studienergebnisse dennoch eine Verbindung zwischen dem Selbst und der Persönlichkeit annehmen, sodass eine veränderte Persönlichkeit möglicherweise eine Beeinträchtigung des Selbst bedingt. Äußert sich diese Beeinträchtigung anders als die Beeinträchtigung des Selbst bei Alzheimer-Demenz oder ist es im Hinblick darauf, wie sich das Selbst bei unterschiedlichen dementiellen Erkrankungen zeigt, irrelevant, welche Hirnfunktionen betroffen sind?

Studien haben ergeben, dass Patienten mit Frontotemporaler Demenz weniger akkurat in der Beschreibung ihrer Persönlichkeitseigenschaften sind als Alzheimer-Patienten (Rankin, Baldwin, Pace-Savitsky, Kramer & Miller, 2005; Ruby et al., 2007). In diesen Untersuchungen wurden Einschätzungen der Patienten zur aktuellen Persönlichkeit mit denen eines Familienangehörigen verglichen, der das Zutreffen der Eigenschaften vor und nach Erkrankungsbeginn einschätzte. Das aktuelle Selbstrating der Patienten mit Frontotemporaler Demenz stimmte eher mit dem prämorbidem Fremdrating überein, wohingegen Alzheimer-Patienten eine genauere Beschreibung der gegenwärtigen Persönlichkeit zeigten, die eher der aktuellen Einschätzung durch Angehörige entsprach. Die Autoren schlussfolgerten, das Wissen der Patienten mit Frontotemporaler Demenz über sich selbst habe sich im Verlauf der Erkrankung nicht aktualisiert und basiere auf einer veralteten Version. Offensichtlich haben gerade die Patienten mit den größten Persönlichkeitsveränderungen Schwierigkeiten, diese einzuschätzen, während bei Alzheimer-Patienten die Selbst-Bewusstheit (self-awareness, Rankin et al., 2005) stärker ausgeprägt ist. Dies könnte ein vermeintlicher Hinweis darauf sein, dass sich das Selbst in Abhängigkeit der dementiellen Erkrankung in unterschiedlicher Weise zeigt. Es scheint also nicht irrelevant zu sein, welche Hirnregionen betroffen sind.

Letztlich bleibt fraglich, ob Persönlichkeitsänderungen mit Veränderungen des Selbst gleichzusetzen sind und ob die verminderte Fähigkeit, die eigenen Persönlichkeitseigenschaften einzuschätzen, mit einer geringeren Selbst-Bewusstheit einhergeht. Dennoch geben diese Ergebnisse einen Anreiz, weitere Forschung zu diesem Thema anzustellen.

Unter Rückgriff der zuvor abgeleiteten induktiven Theorie, dass eine Veränderung des Selbst mit einer veränderten Persönlichkeit zusammenhängt, ist zudem denkbar, dass ein Verschwinden oder Verbleiben des Selbst bei Demenz zu Persönlichkeitsveränderungen führt. Dies würde

bedeuten, dass Persönlichkeitsveränderungen bei einer Frontotemporalen Demenz nicht als Ursache der Beeinträchtigung des Selbst zu sehen sind, sondern als Folge und Symptom einer Beeinträchtigung des Selbst. Bei dieser Annahme bleibt allerdings offen, was die Beeinträchtigung des Selbst und somit die Persönlichkeitsveränderung verursacht.

Es wird deutlich, dass das Selbst bei Frontotemporaler Demenz im Gegensatz zur Alzheimer-Demenz bisher in der Forschung kaum untersucht wurde. Dabei ließe sich doch gerade etwas über das Selbst lernen, wenn man das Selbst bei Alzheimer-Demenz einer anderen Demenzform, wie der Frontotemporalen Demenz, gegenüberstellen könnte. Inhaltlich spannende und praktisch relevante Fragen ließen sich somit beleuchten und ggf. beantworten. Weitere Forschung zum Zusammenhang von Persönlichkeit und Selbst, sowohl unter Berücksichtigung dementieller Erkrankungen als auch für sich allein stehend, ist nun erforderlich, um eindeutige Aussagen treffen zu können.

Dennoch konnten erste Hinweise auf eine unterschiedliche Beeinträchtigung des Selbst im Hinblick auf Alzheimer-Demenz und Frontotemporale Demenz in diesem Kapitel gegeben werden. Sowohl Erinnerungen als auch Persönlichkeitseigenschaften scheinen zumindest einen Teil des Selbst auszumachen.

12.3.3 Interpretierbarkeit der Befunde

In den vorigen Abschnitten wurden Theorien, Annahmen und empirische Studien diskutiert, die den Zusammenhang von Selbst und autobiographischen Erinnerungen sowie Selbst und Persönlichkeit unter Betrachtung der Demenz beschreiben. Wie bereits kritisch angemerkt, stellt sich aber die Frage, ob diese Studien untereinander vergleichbar sind, da verschiedene messmethodische und konzeptionelle Ansätze gewählt wurden. Dem soll im Folgenden nachgegangen werden. Dazu wird die Messung des Selbst in Abhängigkeit des zugrundeliegenden Konzepts diskutiert und unter dem Gesichtspunkt schwindender Fähigkeiten und Fertigkeiten bei Demenzkranken kritisch beleuchtet.

Die Vielfalt theoretischer Konzepte des Selbst

Ein wichtiger Aspekt bei der Untersuchung des Selbst ist die Wahl der Messmethodik, um dieses zu erfassen. Diese hängt entscheidend von der zugrundeliegenden Definition des Selbst und den daraus resultierenden Indizes für ein bestehendes oder schwindendes Selbst ab. Sowohl die beschriebenen Untersuchungen zu autobiographischen Erinnerungen als auch die zu Persönlichkeitseigenschaften stützen sich auf die Annahme,

das Selbst basiere vor allem auf dem Wissen über die eigene Person und der Fähigkeit dieses in Worte zu fassen. Folglich deduzieren die Autoren aus beeinträchtigten Gedächtnisfunktionen oder fehlendem Wissen über die eigene Persönlichkeit eine Betroffenheit des Selbst, was uns wiederum zu der Annahme bringt, Erinnerungen und Persönlichkeitsmerkmale seien entscheidende Bestandteile des Selbst.

Neben dieser Auffassung existieren aber noch diverse andere Konzeptionen des Selbst (für einen detaillierten Überblick siehe Caddell & Clare, 2010). Ansätze wie das social constructionist model (Sabat & Harre, 1992) oder interactionist perspectives on self (Mead, 1934) gehen davon aus, dass das Selbst auf sozialen Interaktionen mit anderen basiert und so vorwiegend durch verbale (z. B. Gebrauch von Personalpronomen wie „Ich“ oder „Mein“), teilweise auch nonverbale Verhaltensweisen (z. B. interpersonelle Konflikte) im Rahmen von Interviews oder Beobachtungsmethoden erfasst werden kann. Unter Annahme der embodied selfhood dagegen wird postuliert, dass das Selbst durch körperliche Handlungen repräsentiert wird, die zeigen, dass man sich seiner Umgebung bewusst und zu Interaktionen fähig ist (z. B. Erscheinungsbild, Gestik; Kontos, 2003). Unter dem Aspekt von Rollen-Identitäten (role identities, Cohen-Mansfield, Golander & Arneheim, 2000) wird der Fokus auf kontextspezifische Identitäten gelegt (vgl. Kapitel 8 „Kontextabhängiges Selbst“). Im self-recognition paradigm wird das Selbst vor allem über die Fähigkeit definiert, sich selbst im Spiegel, auf Fotografien oder Videoaufnahmen zu erkennen (u. a. Fazio & Mitchell, 2009; Grewal, 1994).

Unter Einbezug dieser Auffassungen des Selbst wirken die oben dargestellten Studienergebnisse zu autobiographischen Erinnerungen und Persönlichkeitseigenschaften unvollständig. Die Vielfalt an theoretischen Konzepten und die darauf basierenden divergierenden Erfassungsmethoden bestätigen die Komplexität des Selbst und zeigen vor allem, dass Studienergebnisse entscheidend davon abhängig sind, welche Definition gewählt wird. Die Befunde sind daher kaum zu vergleichen und Schlussfolgerungen können folglich nur für bestimmte Aspekte bzw. Konzeptionen des Selbst getroffen werden, wie im Abschnitt 12.3.1 und 12.3.2 veranschaulicht. Eine allgemeine Schlussfolgerung zur Betroffenheit des Selbst wäre nur unter Berücksichtigung aller Definitionen und Konzepte möglich.

Der Einfluss von Symptomen der Demenz

Unabhängig davon, wie das Selbst erfasst wird, ist speziell bei der Demenzerkrankung zu berücksichtigen, welchen Einfluss die krankheitsbedingten kognitiven und praktischen Einschränkungen der Patienten haben. Gerade in Bezug auf Defizite hinsichtlich Erinnerungen und Wissen über eigene

Persönlichkeitseigenschaften ergeben sich alternative Erklärungen, die nicht zwangsläufig darauf schließen lassen, dass das Selbst beeinträchtigt ist und daher entweder die Schlussfolgerung in Frage stellen, dass Erinnerungen und Persönlichkeitseigenschaften entscheidende Komponenten des Selbst sind oder darauf hinweisen, dass andere Methoden nötig sind, um dies zu beurteilen. Diese krankheitsbedingten Defizite wurden in vielen Studien nicht berücksichtigt.

Wie der Begriff schon nahelegt, werden zur Erfassung des Selbst vorwiegend Selbstauskünfte genutzt. Doch gerade diese Methodik ist bei Demenzerkrankten nur eingeschränkt nutzbar – und das nicht nur aufgrund der Erinnerungsdefizite. Alle in Abschnitt 12.3.1 und 12.3.2 dargestellten Befunde konzentrieren sich beispielsweise auf verbale Indizes des Selbst. Durch die zunehmenden kognitiven Einschränkungen, die eine Demenzerkrankung mit sich bringt, können aber auch verbale Fähigkeiten beeinträchtigt werden (Jahn, 2004). So kann die Unfähigkeit, die eigene Lebensgeschichte zu rekonstruieren auch von Wortfindungsschwierigkeiten oder einem allgemein eingeschränkten Wortschatz beeinflusst werden (Caddell & Clare, 2010). Fehlendes Wissen über die eigene Person kann zudem auch aus Defiziten in Urteilsvermögen, Aufmerksamkeit oder Informationsverarbeitung resultieren (Jahn, 2004). Ähnliche Einschränkungen der Befunde lassen sich auch für weitere Selbstdefinitionen aufgrund anderer Symptome der Demenzerkrankung finden. Studien konnten zeigen, dass einige Alzheimer-Patienten Schwierigkeiten haben, sich selbst im Spiegel zu erkennen und das umso mehr, je weiter die Erkrankung fortgeschritten ist (Grewal, 1994). Für eine fehlende Selbsterkennung können aber auch Defizite, überhaupt Körperteile oder Gesichter erkennen zu können sowie Schwierigkeiten, Reflektionen zu interpretieren, verantwortlich sein (Caddell & Clare, 2010). Nonverbales Verhalten in Form interpersoneller Konflikte kann schlichtweg das Resultat einer fehlenden Impulskontrolle (und damit eines weiteren Symptoms der Demenz; Jahn, 2004) sein und nichts mit dem Ausdruck des eigenen Willens oder der Abgrenzung eigener Wünsche und Bedürfnisse von denen anderer (Small, Geldart, Gutman & Scott, 1998) zu tun haben. Eine verringerte Relevanz bestimmter Rollen-Identitäten (z. B. in Bezug auf Beruf oder Freizeit) kann auch durch die reduzierte Selbstständigkeit, verminderte soziale Fähigkeiten oder eine geringe Motivation aufgrund der Erkrankung bedingt sein (Jahn, 2004).

Diese krankheitsbedingten Einbußen können also Demenzpatienten selbst derart beeinträchtigen oder Befunde so verzerren, dass eine valide Erfassung des Selbst mit herkömmlichen Messmethoden schlichtweg nicht möglich ist. Somit bleibt auch fragwürdig, ob die in Abschnitt 12.3.1 und 12.3.2 dargestellten Studien wirklich die Schlussfolgerung zulassen, dass Erinnerungen und Persönlichkeitseigenschaften essentielle Bestandteile des

Selbst sind. Vielleicht hat Demenz gar keine Auswirkungen auf das Selbst, man findet nur einfach keinen Zugang mehr, um es valide zu erfassen? Möglicherweise bedarf es also anderer Indikatoren oder adaptierter Messmethoden, um sich dem Selbst durch die Betrachtung der Demenz zu nähern. Eine Möglichkeit wäre beispielsweise, das Selbst nicht nur über den Betroffenen selbst, sondern auch über Angehörige oder das Pflegepersonal zu erfassen. Aber kann so etwas Subjektives wie das Selbst überhaupt über Außenstehende erfasst werden? Impliziert nicht der Begriff „Selbst“ an sich bereits, dass es nur von einem selbst beurteilt werden kann? In einer Studie von Orona (1990) beispielsweise schlussfolgerten Angehörige aus dramatischen Veränderungen bei Patienten durch Alzheimer-Demenz (z. B. plötzlicher Interessenverlust an Musik), dass deren Selbst verloren ging. Doch in einer Befragung zur Wahrnehmung krankheitsbedingter Veränderungen konnte Beard (2004) zeigen, dass Ehefrauen Einschränkungen durch die Demenz stärker einschätzten als die Patienten selbst. Kann es also sein, dass es nur von außen scheint, als sei das Selbst verloren?

Einige Studien konnten bereits zeigen, dass es für Demenz-Patienten durchaus möglich ist ihr Selbstempfinden aktiv zu beeinflussen, indem den krankheitsbedingten Veränderungen entgegengewirkt bzw. diese in das neue Selbstbild integriert werden. Diese Aktualisierung des Selbst könnte von Außenstehenden als ein Verlust oder eine starke Veränderung desselben interpretiert werden, obwohl es für die betroffenen Personen erhalten bleibt. Diese Erhaltung des Selbst durch aktive Strategien soll im folgenden Teil diskutiert werden.

12.3.4 Strategien zum Umgang mit der Demenzerkrankung

Inzwischen finden sich einige Untersuchungen zu Coping-Mechanismen von Demenz-Patienten, die darauf hinweisen, dass das Selbst nach aktiven Bemühungen zu einem gewissen Grad beeinflussbar ist. Dabei kann grundsätzlich zwischen zwei verschiedenen Annahmen unterschieden werden: self-maintaining beschreibt den Prozess, durch den Demenz-Patienten aufgrund des Bedürfnisses nach Kontinuität versuchen, eine prämorbid Version des Selbst zu erhalten (Clare, 2003). Dies geht mit dem Konzept der Motivation einer Selbstbildkonstanz einher (Greve, 2000), wobei nach Mummendey (2006) Fähigkeiten, die eingeschränkt sind (z. B. ein schlechteres Gedächtnis), in ihrer Relevanz abgewertet werden, um ein stabiles Selbstbild zu erhalten. Im Gegensatz dazu bedeutet self-adjusting, dass die krankheitsbedingten Veränderungen in das Selbstkonzept integriert werden und somit eine neue Identität geschaffen wird. Die Demenzerkrankung wird hier als eine Bedrohung der Stabilität des Selbstkonzepts angesehen,

der begegnet werden muss (Clare, 2003). Es findet sich Evidenz für beide Ansätze. Beard (2004) konnte zeigen, dass die untersuchten Patienten mit Alzheimer-Demenz bewusst aktive Strategien nutzten, um ihr altes Selbst zu bewahren. Dies betraf zum einen die Wirkung auf andere, sodass Situationen oder Konversationen vermieden wurden, in denen die kognitiven Einschränkungen zutage treten würden (z. B. Treffen in unbekannter Umgebung, Abruf von Lebensdaten). Zum anderen wurde insbesondere durch Abwertung der Einschränkungen auch die Aufrechterhaltung des persönlichen Selbstbilds angestrebt. So richteten die Patienten ihre Konzentration eher auf das, was an Fähigkeiten noch vorhanden war, statt auf die zunehmenden Beeinträchtigungen, oder versuchten durch Nutzung von Erinnerungshilfen (z. B. Notizen schreiben), die Defizite auszublenden.

Andere Studien weisen auf parallel und zirkulär ablaufende Prozesse hin, sowohl zur Erhaltung als auch einer Neubewertung bzw. Neukonstruktion des Selbst. Bei Pearce, Clare und Pistrang (2002) konnten so einerseits verschiedene Strategien beobachtet werden, die das Ziel hatten, wahrgenommene krankheitsbedingte Einschränkungen zu minimieren und die auf den Erhalt bestehender sozialer und persönlicher Identitäten ausgerichtet waren. Dazu gehörte die Einschätzung der Defizite als eine normale Erscheinung des Älterwerdens, die Konzentration auf noch bestehende Fähigkeiten und Rollen sowie Bemühungen, die Krankheit zu akzeptieren. Außerdem wurden aktive Anstrengungen unternommen, dem prämorbidem Leistungsstandard zu entsprechen, sowohl durch kognitive Strategien (z. B. Dinge häufig wiederholen) als auch behaviorale Strategien (z. B. Routinen einführen). Andererseits zeigten Patienten aber gleichzeitig auch ein deutliches Bewusstsein für eigene Einschränkungen. Dies betraf kognitive Defizite, wie den Gedächtnisverlust, aber auch soziale Bereiche, wie die Unfähigkeit, charakteristische Rollen-Identitäten weiterhin zu erfüllen (z. B. „Anführer“ einer Freundesgruppe), und die damit einhergehende Sorge über die Auswirkungen der eigenen Erkrankung auf Angehörige. Aufgrund dieser Beeinträchtigungen wurden Bemühungen beobachtet, ein neues Selbst zu konstruieren. Dazu versuchten Patienten zum einen ihre Erwartungen zu verringern und sich niedrigere Ziele zu setzen. Zum anderen identifizierten sie sich mit neuen Rollen, waren beispielsweise im Haushalt nun für den Abwasch zuständig, da andere Aufgaben aufgrund der Defizite nicht mehr erledigt werden konnten. Diese parallele Nutzung von Strategien, sowohl zum Erhalt als auch zu einer Neudefinition des Selbst, konnten in weiteren Studien repliziert werden (u. a. Beard & Fox, 2008; Clare, 2003; McRae, 2010).

Aus den vorliegenden Befunden lässt sich ableiten, dass nicht nur die Demenzerkrankung einen Einfluss auf das Selbst haben kann, sondern Demenzkranke durch verschiedene Strategien selbst aktiv an der Gestaltung

ihres Selbst mitwirken und einer Beeinträchtigung entgegenwirken können. Das Selbst lässt sich folglich auch flexibel verändern und an äußere Veränderungen anpassen. Dies entspricht der verbreiteten Annahme, dass die Konstruktion des Selbst ein lebenslanger Prozess ist, der auch bei chronischen Erkrankungen und damit einhergehenden Veränderungen Anpassungen erfordert (Charmaz, 1991). Auch wird durch diese Befunde erneut deutlich, dass das Selbst offensichtlich kein singuläres Konstrukt ist, sondern ebenso über Fähigkeiten, Handlungen, Überzeugungen, Beziehungen, Interaktionen mit anderen und verschiedene soziale Rollen konstruiert wird. Zudem zeigt sich, dass Patienten aktive Anstrengungen unternehmen, um verschiedenste Aspekte des Selbst zu erhalten und andere neu zu definieren.

12.4 Praktische Implikationen für die Therapie mit Demenzpatienten

Der vorherige Abschnitt konnte zeigen, dass Demenzpatienten einer Beeinträchtigung des Selbst durchaus aktiv begegnen können. Daher stellt sich die Frage, ob man diese Fähigkeit in der Therapie von Demenzerkrankungen nutzen könnte. Aber was bringt es für Vorteile, wenn man sich in der Behandlung von Demenz auf das Selbst fokussiert? Bisher gibt es schon einige wenige Therapien, die auf dieses Ziel ausgerichtet sind. Zwei dieser Ansätze sollen im Folgenden vorgestellt werden.

12.4.1 Selbsterhaltungstherapie

Bei der Selbsterhaltungstherapie (SET) handelt es sich um ein psychologisch fundiertes Rehabilitationsprogramm, das von Romero und Eder (1992) für demenzkranke Personen, besonders für Patienten mit der Alzheimer-Demenz entwickelt wurde. Als oberstes Ziel nennen die Entwickler dabei die Erhaltung des Selbst in dessen Kohärenz und Funktionsfähigkeit (Romero, 2004) sowie des Gefühls der personalen Identität (Romero & Wenz, 2001). Die Therapie geht von zwei Systemen aus, die in einer Behandlung von Menschen mit Demenz stabilisiert und erhalten werden sollen. Zum einen ist dies das Selbst als intraindividuelles System und zum anderen das soziale Netzwerk als interindividuelles Unterstützungssystem (Romero & Wenz, 2001). Die Idee, das Selbst in einer Therapie für Demenzpatienten in den Fokus zu stellen, stützt sich auf frühere Arbeiten von Cohen und Eisdorfer (1986). Sie stellten heraus, dass das Selbst einer Person im Rahmen einer Demenzerkrankung mit vielen Veränderungen zurechtkommen muss, die sich auf die eigene Kompetenz, soziale Rollen und Aktivitäten beziehen.

Wenn es nicht gelingt, diese Veränderungen in vorhandene Selbststrukturen zu integrieren, reagiert der Demenzpatient mit Scham, Depression oder Aggression. Deshalb ist es wichtig, das Selbst der Person zu stützen und zu stabilisieren, um das Leiden des Patienten zu mildern (Romero, 2004). Bereits hier wird deutlich, welch große Auswirkungen die Veränderung des Selbst offenbar auf das Erleben und Wohlbefinden von Personen hat.

Die Erhaltung des Selbst in seiner Kohärenz und Integrität ist auch für andere Bereiche relevant. Nach Romero und Wenz (2001) ist dies für die Patienten bei der Nutzung der eigenen kognitiven Ressourcen hilfreich und führt zu einer verringerten Anfälligkeit, störendes Verhalten zu entwickeln. Die Begründer der Therapie gehen also davon aus, dass sich durch die Erhaltung des Selbst weitere wichtige Therapieziele bei der Demenzbehandlung erreichen lassen (Jahn, 2004).

Aus diesen theoretischen Überlegungen über den Einfluss des Selbst auf die Symptome und das Wohlbefinden der Demenzpatienten gehen die im Folgenden dargestellten Therapieansätze der SET hervor. Zum einen wirkt sich eine Passung zwischen den Erwartungen und Vorstellungen, die eine Person in ihrem Selbstsystem verankert hat, und ihren realen Erfahrungen stabilisierend auf das Selbstsystem aus. Die Diskrepanz zwischen beidem soll in der Therapie folglich reduziert werden (Romero, 2004). Eine systematische Beschäftigung mit Erinnerungen, die für die demenzkranke Person von Bedeutung sind, ist ein weiterer wichtiger Bestandteil der SET (Romero & Eder, 1992). Daher soll durch Übungen selbsterhaltendes Wissen reaktiviert werden (Kastner, 2014b). Die Relevanz von Erinnerungen für das Selbst wurde in Abschnitt 12.3.1 bereits ausführlich diskutiert. Neben diesen Aspekten sind noch zwei weitere Bestandteile besonders hilfreich für die Stabilität des Selbst: Kommunikation (vor allem mit Angehörigen) und alltägliche Aktivitäten (Romero, 2004), da, wie bereits beschrieben, das Selbst auch über Interaktionen mit anderen und über alltägliche Aktivitäten definiert wird (Caddell & Clare, 2011).

12.4.2 Musiktherapie

Mit Sicherheit hat jeder von uns schon einmal erlebt, dass ein bestimmtes Lied oder eine Melodie damit verbundene Erinnerungen wachruft. Wie wir bereits erläutert haben, scheinen Erinnerungen einen wichtigen Bezug zum Selbst zu haben (vgl. Abschnitt 12.3.1), weshalb es wichtig erscheint, Erinnerungen in der Therapie zu erhalten (vgl. Abschnitt 12.4.1). Viele Therapieansätze versuchen dies durch verbale Kommunikation zu gestalten, diese kann jedoch bei Demenzpatienten beeinträchtigt sein. Musikalische Fähigkeiten bleiben im Gegensatz zu sprachlichen und kognitiven Funktionen länger erhalten (McDermott, Orrell & Ridder, 2014), daher bietet die Musik

einen besonderen Zugang zu verloren geglaubten Erinnerungen (Vink & van Bruggen-Rufi, 2017).

Musiktherapie kann sich aber auch noch auf weitere Aspekte des Selbst positiv auswirken. So gehen Baird und Thompson (2018) von der Annahme aus, dass Musik das Empfinden lindern kann, man würde den Bezug zum eigenen Selbst verlieren. Dies resultiert unter anderem daraus, dass Musik die Aufmerksamkeit der Erkrankten stimuliert und sie motiviert, aktiv an Geschehnissen teilzuhaben. Außerdem haben musikalische Aktivitäten eine soziale und gesellschaftliche Komponente, da häufig in Gemeinschaft musiziert wird. Dadurch wird die physische und verbale Interaktion sowie Kommunikation mit anderen gefördert, was zu einer Stärkung des interpersonellen Selbst führen kann. Die Autoren betonen, dass Musik das ideale Tool sei, um viele verschiedene Aspekte des Selbst gleichzeitig anzusprechen.

Ein wichtiger Teil der Demenztherapie ist außerdem, das neue Erleben und Verhalten des Patienten in sein Selbst zu integrieren. Auch dabei kann die Musiktherapie unterstützend wirken, indem sie beispielsweise neue Verhaltensweisen des Patienten, wie aggressive Verhaltenstendenzen, die sich durch Schreien äußern können, in die Musik integriert (McDermott et al., 2014). Musik trägt also zur Selbstaktualisierung bei, was zu einem gesteigerten Wohlbefinden der Erkrankten führt (Baird & Thompson, 2018).

Zusammengefasst kann Musik also selbstbezogene Inhalte und Erinnerungen wachrufen, was zum einen in der Therapie von Demenzpatienten berücksichtigt werden sollte, zum anderen aber auch einen weiteren kleinen Teil zur Beantwortung der Frage beiträgt, was genau das Selbst ausmacht. Denn Musik ruft auch dann noch Reaktionen bei Demenzpatienten hervor, wenn sonst keine anderen Stimuli mehr zu einer Regung führen (Vink & van Bruggen-Rufi, 2017). Offenbar stellt Musik einen besonderen Zugang zum Selbst dar.

12.5 Fazit

Das Ziel dieses Kapitels war es, herauszustellen, was über notwendige Bestandteile des Selbst durch die Betrachtung von Demenzerkrankungen gelernt werden kann. Diese Erkenntnisse sollen abschließend zusammengefasst werden.

Es gibt theoretisch begründete Annahmen dafür, dass das Selbst mit autobiographischen Erinnerungen und der Persönlichkeit zusammenhängt. Die Demenzerkrankung geht von außen betrachtet häufig mit einem Verlust des Selbstkonzepts einher. Da sowohl Erinnerungen als auch die Persönlichkeit im Verlauf einer Demenzerkrankung beeinträchtigt sein können, kann argumentiert werden, dass beides wichtige Bestandteile des

Selbstkonzepts sind. Es bleibt allerdings offen, ob das Selbst bei Demenz wirklich verloren geht oder ob man es nur nicht mehr erfassen kann, zumindest aber scheint es betroffen. Für eine umfassende Schlussfolgerung müssen die vielfältigen Konzeptionen des Selbst berücksichtigt werden, die mehr als nur Erinnerungen und Persönlichkeit einschließen. Allgemein wird deutlich, dass das Selbst zu komplex ist, um es mit den vorhandenen Methoden zu erfassen, insbesondere bei Demenzerkrankten. Nötig wären adaptierte Messinstrumente, die explizit auf die Demenz ausgerichtet sind und auch beachten, dass durch die Erkrankung gewisse Fähigkeiten beeinträchtigt sein können.

Ebenso sollte berücksichtigt werden, dass auf die Gestaltung des Selbst aktiv Einfluss genommen werden kann, indem an einem prämorbidem Selbst festgehalten oder ein neues definiert wird. Diesen Aspekt greifen auch Therapien zur Erhaltung des Selbst bei Demenzerkrankungen auf. Durch diese wird außerdem deutlich, dass das Selbst einen entscheidenden Einfluss auf das Wohlbefinden von Menschen hat.

Die zu Beginn aufgestellten Fragen wurden in diesem Kapitel berücksichtigt und diskutiert. Nicht alle Ausgangsfragen konnten zufriedenstellend beantwortet werden, daher ist weitere Forschung notwendig. Es lässt sich jedoch abschließend festhalten, dass die Betrachtung des Selbst unter Berücksichtigung der Demenzerkrankung einen neuen Blickwinkel auf das Selbst wirft, der eine weitere Annäherung an die Komplexität des Selbst erlaubt.

12.6 Literaturverzeichnis

- Addis, D. & Tippet, L. (2004). Memory of myself: Autobiographical memory and identity in Alzheimer's disease. *Memory*, 12(1), 56-74 doi:10.1080/09658210244000423
- Asendorpf, J. (2005). Persönlichkeit: Stabilität und Veränderung. *Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und differentiellen Psychologie*, 1, 15-27.
- Asendorpf, J. B. & Neyer, F. J. (2012). *Psychologie der Persönlichkeit*. Springer-Verlag.
- Baird, A. & Thompson, W. F. (2018). The impact of music on the self in dementia. *Journal of Alzheimer's Disease*, 61(3), 827-841. doi:10.1024/1011-6877.17.2.119
- Bauer, J. & Berger, M. (1993). Neuropathologische, immunologische und psychobiologische Aspekte der Alzheimer-Demenz. *Fortschritte der Neurologie · Psychiatrie*, 61(07), 225-240. doi:10.1055/s-2007-999091
- Beard, R. L. (2004). In their voices: Identity preservation and experiences of Alzheimer's disease. *Journal of Aging Studies*, 18, 415-428. doi:10.1016/j.jaging.2004.06.005
- Beard, R. L., & Fox, P. J. (2008). Resisting social disenfranchisement: Negotiating collective identities and everyday life with memory loss. *Social Science & Medicine*, 66, 1509-1520. doi:10.1016/j.socscimed.2007.12.024

- Caddell, L. S. & Clare, L. (2010). The impact of dementia on self and identity: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 113-126. doi: 10.1016/j.cpr.2009.10.003
- Caddell, L. S. & Clare, L. (2011). I'm still the same person: The impact of early-stage dementia on identity. *Dementia*, 10(3), 379-398. doi:10.1177/1471301211408255
- Caddell, L. S. & Clare, L. (2013). How does identity relate to cognition and functional abilities in early-stage dementia?. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 20(1), 1-21. doi: 10.1080/13825585.2012.656575
- Charmaz, K. (1991). *Good days, bad days: The self in chronic illness and time*. NJ: Rutgers University Press.
- Clare, L. (2003). Managing threats to self: awareness in early stage Alzheimer's disease. *Social Science & Medicine*, 57, 1017-1029. doi: 10.1016/S0277-9536(02)00476-8
- Cohen, D. & Eisdorfer, C. (1986). *The loss of self: A family resource for the care of Alzheimer's disease and related disorders*. New York: Norton.
- Cohen-Mansfield, J., Golander, H. & Arnhem, G. (2000). Self-identity in older persons suffering from dementia: Preliminary results. *Social Science and Medicine*, 51, 381-394. doi: 10.1016/S0277-9536(99)00471-2
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological review*, 107(2), 261-288.
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of memory and language*, 53(4), 594-628. doi: 10.1016/j.jml.2005.08.005
- Davison, G. C., Neale, J. M. & Hautzinger, M. (2007). *Klinische Psychologie. Ein Lehrbuch (Lehrbuch, 7., vollst. überarb. und erw. Aufl.)*. Weinheim: Beltz.
- Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. *Selbsthilfe Demenz*. (2018). Informationsblatt 1. Berlin.
- Dilling, H., Mombour, W. & Schmidt, M. H. (Hrsg.). (2015). *Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F) klinisch-diagnostische Leitlinien (10. Auflage, unter Berücksichtigung der Änderungen entsprechend ICD-10-GM 2015)*. Bern: Hogrefe.
- El Haj, M., Antoine, P., Nandrino, J. L. & Kapogiannis, D. (2015). Autobiographical memory decline in Alzheimer's disease, a theoretical and clinical overview. *Ageing research reviews*, 23, 183-192. doi: 10.1016/j.arr.2015.07.001
- Fazio, S. & Mitchell, D. B. (2009). Persistence of self in individuals with Alzheimer's disease: Evidence from language and visual recognition. *Dementia*, 8(1), 39-59. doi: 10.1177/1471301208099044
- Fitzgerald, J. M. (1996). The distribution of self-narrative memories in younger and older adults: Elaborating the self-narrative hypothesis. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 3(3), 229-236. doi: 10.1080/13825589608256626
- Geiger, A. (2011). *Der alte König in seinem Exil*. München: Carl Hanser Verlag.
- Greck, J., Lautenschlager, N. & Kurz, A. (2000). Klinische Aspekte der frontotemporalen Demenz. *Fortschritte der Neurologie· Psychiatrie*, 68(10), 447-457. doi: 10.1055/s-2000-7735
- Greve, W. (2000). *Die Psychologie des Selbst*. Weinheim: Psychologie Verlags Union.

- Grewal, R. P. (1994). Self-recognition in dementia of the Alzheimer type. *Perceptual and Motor Skills*, 79(2), 1009-1010. doi: 10.2466/pms.1994.79.2.1009
- Gutzmann, H. (1992). *Der dementielle Patient. Das Alzheimer-Problem – Diagnostik, Ursachenforschung, Therapie, Betreuung*. Bern: Huber.
- Hatano, K., Sugimura, K. & Klimstra, T. A. (2017). Which came first, personality traits or identity processes during early and middle adolescence?. *Journal of Research in Personality*, 67, 120-131. doi: 10.1016/j.jrp.2016.06.014
- Jahn, T. (2004). Neuropsychologie der Demenz. In S. Lautenbacher & S. Gauggel (Hrsg.), *Neuropsychologie psychischer Störungen* (S. 301-338). Berlin: Springer-Verlag.
- Jetten, J., Haslam, C., Pugliese, C., Tonks, J. & Haslam, S. A. (2010). Declining autobiographical memory and the loss of identity: Effects on well-being. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 32(4), 408-416. doi: 10.1080/13803390903140603
- Kastner, U. (2014a). Demenzformen. In U. Kastner & R. Löbach (Hrsg.), *Handbuch Demenz* (S. 35-48). München: Urban & Fischer Verlag.
- Kastner, U. (2014b). Therapie der Demenzerkrankungen. In U. Kastner & R. Löbach (Hrsg.), *Handbuch Demenz* (S. 69-89). München: Urban & Fischer Verlag.
- Klein, S. B., German, T. P., Cosmides, L. & Gabriel, R. (2004). A theory of autobiographical memory: Necessary components and disorders resulting from their loss. *Social Cognition*, 22(5: Special issue), 460-490. doi: 10.1521/soco.22.5.460.50765
- Kontos, P. (2003). "The painterly hand": Embodied consciousness and Alzheimer's disease. *Journal of Aging Studies*, 17, 151-170. doi: 10.1016/S0890-4065(03)00006-9
- Kruse, A. (2017). *Lebensphase hohes Alter: Verletzlichkeit und Reife*. Berlin: Springer.
- Kurz, A., Freter, H.-J., Saxl, S. & Nickel, E. (2016). *Demenz. Das Wichtigste. Ein kompakter Ratgeber*. Berlin: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
- Locke, J. (1731). *An essay concerning human understanding*. London, England: Edmund Parker. (Original work published 1690).
- Martinelli, P., Anssens, A., Sperduti, M. & Piolino, P. (2013). The influence of normal aging and Alzheimer's disease in autobiographical memory highly related to the self. *Neuropsychology*, 27(1), 69. doi: 10.1037/a0030453
- McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story: Personological Inquiries into Identity*. Homewood, IL: Dorsey.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. Guilford Press.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological inquiry*, 7(4), 295-321. doi: 10.1207/s15327965plio704_1
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of general psychology*, 5(2), 100-122. doi: 10.1037/1089-2680.5.2.100
- McCabe, M., You, E. & Tatangelo, G. (2016). Hearing Their Voice: A Systematic Review of Dementia Family Caregivers' Needs. *The Gerontologist*, 56(5), 70-88. doi: 10.1093/geront/gnw078

- McDermott, O., Orrell, M. & Ridder, H. M. (2014). The importance of music for people with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists. *Ageing & Mental Health*, 18(6), 706-716. doi: 10.1080/13607863.2013.875124
- McRae, H. (2010). Managing Identity While Living With Alzheimer's Disease. *Qualitative Health Research*, 20(3), 293-305. doi: 10.1177/1049732309354280
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Miller, B. L., Seeley, W. W., Mychack, P., Rosen, H. J., Mena, I. & Boone, K. (2001). Neuroanatomy of the self. Evidence from patients with frontotemporal dementia. *Neurology*, 57(5), 817-821. doi: 10.1212/WNL.57.5.817
- Mummendey, H. D. (2006). *Psychologie des „Selbst“: Theorien, Methoden und Ergebnisse der Selbstkonzeptforschung*. Göttingen: Hogrefe.
- Naylor, E. & Clare, L. (2008). Awareness of memory functioning, autobiographical memory and identity in early-stage dementia. *Neuropsychological Rehabilitation*, 18(5-6), 590-606. doi: 10.1080/09602010701608681
- Orona, C. J. (1990). Temporality and identity loss due to Alzheimer's disease. *Social Science & Medicine*, 30(11), 1247-1256. doi: 10.1016/0277-9536(90)90265-T
- Pearce, A., Clare, L. & Pistrang, N. (2002). Managing sense of self. Coping in the early stages of Alzheimer's disease. *Dementia*, 1(2), 173-192. doi:10.1177/147130120200100205
- Perrez, M. & Baumann, U. (Hrsg.). (2005). *Lehrbuch Klinische Psychologie – Psychotherapie (Psychologie-Lehrbuch, 3., vollst. überarb. Aufl.)*. Bern: Huber.
- Rankin, K. P., Baldwin, E., Pace-Savitsky, C., Kramer, J. H. & Miller, B. L. (2005). Self awareness and personality change in dementia. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 76(5), 632-639. doi: 10.1136/jnnp.2004.042879
- Romero, B. (2004). Selbsterhaltungstherapie: Konzept, klinische Praxis und bisherige Ergebnisse: Self-Maintenance Therapy: Concept, Clinical Implementation, and Outcomes. *Zeitschrift für Gerontopsychologie & -psychiatrie*, 17(2), 119-134. doi: 10.1024/1011-6877.17.2.119
- Romero, B. & Eder, G. (1992). Selbst-Erhaltungs-Therapie (SET): Konzept einer neuropsychologischen Therapie bei Alzheimer-Kranken. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 5(7), 267-282.
- Romero, B. & Wenz, M. (2001). Self-maintenance therapy in Alzheimer's disease. *Neuropsychological Rehabilitation*, 11(3-4), 333-355. doi: 10.1080/09602010143000040
- Ruby, P., Schmidt, C., Hogge, M., D'Argembeau, A., Collette, F. & Salmon, E. (2007). Social mind representation: Where does it fail in frontotemporal dementia? *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(4), 671-683. doi: 10.1162/jocn.2007.19.4.671
- Sabat, S. R. & Harre, R. (1992). The construction and deconstruction of self in Alzheimer's disease. *Ageing and Society*, 12, 443-461. doi: 10.1017/S0144686X00005262
- Seidl, U., Ahlsdorf, E. & Schröder, J. (2007). Störungen des autobiographischen Gedächtnisses bei Alzheimer-Demenz. *Zeitschrift für Gerontopsychologie & -psychiatrie*, 20(1), 47-52. doi: 10.1024/1011-6877.20.1.47

- Small, J. A., Geldart, K., Gutman, G. & Scott, M. A. C. (1998). The discourse of self in dementia. *Ageing and Society*, 18, 291-316.
- Staudinger, U. M. (2000). Selbst und Persönlichkeit aus der Sicht der Lebensspannen-Psychologie. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S.133-149). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Stoppe, G. (2003). Diagnose und Differenzialdiagnose der Demenzerkrankungen. In Wächtler, C. (Hrsg.), *Demenzen. Frühzeitig erkennen, aktiv behandeln, Betroffene und Angehörige effektiv unterstützen* (S. 24-49). Stuttgart: Thieme.
- Topolewska-Siedzik, E., Ciecuch, J. & Strus, W. (2018). Personality underpinnings of identity: The role of metatraits and traits in identity formation modes. *Self and Identity*, 1-21. doi: 10.1080/15298868.2018.1483964
- Vink, A. & van Bruggen-Rufi, M. (2017). The effect of music therapy for people with dementia. In L. Riby (Hrsg.), *Handbook of gerontology research methods. Understanding succesful aging* (S. 205-223). New York: Routledge.
- World Health Organization; Alzheimer's Disease International. (2012). *Dementia. A public health priority*. Geneva.

13. Das Selbst unter dem Aspekt psychischer Erkrankungen

JEANNETTE KISSLER UND RAIKA WERNECKE

13.1 Einleitung

Die Entwicklung des Selbst, Selbstkonzepts und Selbstwertgefühls ist ein komplexes Thema, welches bisher noch nicht in allen Facetten einheitlich geklärt ist. Einige der Aspekte, an denen die Wissenschaft eine gelungene Selbst-Entwicklung und deren Aufrechterhaltung festmacht, wurden bereits in den vorherigen Kapiteln thematisiert. Dennoch bleiben viele Fragen offen, welche möglicherweise nur beantwortet werden können, wenn Entwicklungen betrachtet werden, welche nicht ideal verlaufen sind, um aus eventuellen Abweichungen auf das „normale“ schließen zu können.

Selbstentwicklung ist ein psychosozialer Prozess, welcher nicht nur durch Umwelteinflüsse, sondern auch durch psychische Vorgänge, z. B. in der Informationsverarbeitung oder Wahrnehmung, gestört werden kann. Eine Erkrankung schwerer Natur ist ein tiefer Eingriff in die aktuelle Lebenssituation und kann somit als äußerer Störfaktor betrachtet werden, welcher automatisch einen Einfluss auf das eigene Selbstbild hat.

Hier kann man sich gut vorstellen, dass eine Krebspatientin im mittleren Erwachsenenalter beginnt ihr Leben zu hinterfragen, sowie ihre entwickelte Identität möglicherweise verändern muss, um mit den durch die Krankheit entstandenen Einschränkungen zurechtzukommen. Je nach Zeitpunkt der Erkrankung beeinflusst diese allerdings nicht das bereits bestehende Selbstbild, sondern auch die Selbstentwicklung. Tritt die Krebserkrankung beispielsweise im Teenageralter auf, ist es nachvollziehbar, dass unter einer solchen körperlichen wie psychischen Belastung eine Identitätsentwicklung schwerer fällt. Außerdem spiegeln sich eventuelle Erfahrungen im Zusammenhang mit der Erkrankung in Einstellungen und Selbstwahrnehmungen wider.

Aber nicht nur körperliche Erkrankungen können die Entwicklung und Aufrechterhaltung des Selbst verändern. Psychische Erkrankungen stellen ebenso einen Einschnitt sowie eine Veränderung für das Selbst und dessen Entwicklung dar. Dieser ist aufgrund der psychosozialen Aspekte der Störungen möglicherweise noch gravierender. Betrachtet man zum Beispiel die drastische Veränderung des Selbstbildes bei einer Magersucht in Hin-

blick auf das veränderte von der Realität abweichende Körperbild oder eine Depressionserkrankung hinsichtlich des rapiden Abfalls des Selbstwertgefühls wird deutlich, dass ein Mensch in seiner Entwicklung maßgeblich von diesen Störungen beeinflusst werden kann.

Aus diesem Grund ist es von besonderer Bedeutung die Entwicklung des Selbst unter dem Aspekt von psychischen Störungen zu betrachten. Diese gehen häufig mit einer gravierenden Veränderung des Selbstkonzepts, des Selbstwertes sowie dadurch entstehende Verhaltensveränderungen einher.

In diesem Kapitel werden beispielhaft die Borderline Persönlichkeitsstörung (BPS) sowie die Schizophrenie (SZ) betrachtet. Diese Erkrankungen bieten einen guten Einblick in eine andere (fehlerhafte) Selbstentwicklung (im Falle der BPS) sowie eine ggf. krankheitsbedingte Veränderung derselben (im Falle der SZ). Aufgrund ihrer im Vergleich zu anderen psychischen Störungen ausgeprägten und nach außen getragenen Symptomatik, wird die Andersartigkeit der Entwicklungsverläufe gut deutlich.

13.2 Borderline Persönlichkeitsstörung

13.2.1 Beschreibung der Störung

Schon vor 100 Jahren war die Symptomatik der Borderline Persönlichkeitsstörung bekannt und wurde als Hysterie bezeichnet (Sendera & Sendera, 2016). Vor den 70er Jahren nahmen Kliniker an, dass die BPS ein Teil des Schizophrenie-Spektrums ist. Einige Zeit später wurde diese Störung aufgrund von Forschungen und klinischen Beobachtungen den affektiven Spektrumsstörungen zugeordnet. Später folgte die Einordnung in die Impuls-Spektrum-Störungen (White, Gunderson, Zanarini & Hudson, 2003). Heutzutage gehören die Begriffe Borderline Störung, Borderline Persönlichkeitsorganisation, Borderline Persönlichkeitsstörung und die emotional instabile Persönlichkeit vom Borderline-Typus zu den bekanntesten Bezeichnungen dieses Störungsbildes (Sendera & Sendera, 2016).

Im 10. Internationalen Klassifikationssystem der Krankheiten (ICD-10) wird die Persönlichkeitsstörung „Emotional instabile Persönlichkeitsstörung (F60)“ genannt und gliedert sich in zwei Subtypen: dem impulsiven Typus und dem Borderline Typus (Dilling, Mombour & Schmidt, 2015). Gemeinsame Symptome äußern sich in unbegründeten Stimmungsschwankungen, starken Impulsen, die ohne Konsequenzberücksichtigung ausgeführt werden und emotionalen Ausbrüchen und Kontrollverlust über impulsgetriebenes Verhalten (Dilling et al., 2015). Befinden sich die Borderline-Betroffenen in innerer Anspannung, werden sie leicht wütend, feindselig und neigen zu Gewalttaten, insbesondere wenn sie an der Ausführung des intendierten Verhaltens gehindert oder gestört werden (Dilling et al.,

2015; Koenigsberg et al., 2002). Der Impulsive Typus zeichnet sich durch eine ausgeprägte Impulskontrollstörung und emotionale Instabilität aus (Arolt, Reimer & Dilling, 2007). Der Borderline Typus hingegen ist gekennzeichnet durch eine fehlende Stabilität des Selbstbildes, instabile aber meist intensive interpersonelle Beziehungen und ein chronisches Leeregefühl (Dilling et al., 2015). Nach dem ICD-10 darf vor dem 16 bzw. 17 Lebensjahr keine Diagnose auf BPS gestellt werden. Trotzdem wird BPS im Kindesalter vereinzelt diagnostiziert. Experten vermuten jedoch, dass diese Kinder nicht generell eine BPS im Erwachsenenalter manifestieren (Lofgren, Bemporad, King, Lindem & O'Driscoll, 1991). Dennoch haben sie ein hohes Risiko an einer antisozialen, schizotypen, schizoiden Persönlichkeitsstörung, dem Narzissmus oder an der BPS zu erkranken (Reich & Zanarini, 2001; Sendera & Sendera, 2016; Dilling et al, 2015).

Die Diagnosekriterien der American Psychiatric Association im diagnostischen und statistischen Leitfadens psychischer Störungen der Nummer fünf (DSM V) hat eine leicht andere Definition von BPS. Hier wird die Borderline Persönlichkeitsstörung als generelle Instabilität von interpersonellen Beziehungen, des Selbstbildes und der Gefühle beschrieben. Zudem wird eine drastische Impulsivität als Leitsymptomatik genannt. Die Symptome sollten den Patienten in allen Lebensbereichen beeinflussen (Falkai & Wittchen, 2015). In diesem Klassifikationssystem sind zusätzlich dissoziative und paranoide Erlebnisse aufgeführt, welche im ICD-10 nicht thematisiert werden (Herpertz & Wenning, 2002).

In den epidemiologischen Studien wurde eine Prävalenz von 0.6-3% für BPS in der allgemeinen Bevölkerung festgestellt (White et al., 2003). Ein Geschlechterunterschied in der Auftretenswahrscheinlichkeit von BPS ist nicht bekannt (Sendera & Sendera, 2016).

Fallbeispiel

Frau Becker ist 30 Jahre alt. Sie wuchs mit ihrer Mutter und zeitweise mit ihrem Onkel in einer sozialkritischen Wohngegend auf. Bereits im Kindergarten war sie mit Impulsivität und emotionalen Wutausbrüchen auffällig geworden, die sie laut ihrer Mutter von ihrem Vater geerbt hat, welcher noch vor ihrer Geburt die Familie verließ. Zu Hause war sie meist alleine, weil ihre Mutter den ganzen Tag arbeitete. An manchen Tagen kam ihr Onkel als Aufsichtsperson zu ihr nach Hause. Frau Becker wurde in ihrer Kindheit mehrmals von ihrem Onkel sexuell missbraucht, worüber ihre Mutter Bescheid wusste, jedoch um den Schein einer heilen Familie zu bewahren Stillschweigen bewahrte. In der Schule fiel es ihr bereits schwer Freunde zu finden, da sie häufig aggressiv

auf Meinungsverschiedenheiten reagierte und sehr an Freundschaften klammerte, da sie große Angst verspürte diese Freunde zu verlieren. Einige Freunde nutzten diese Angst aus, um sie zu waghalsigen Aktionen zu verleiten, sodass sie mehrmals für ihre Freunde kleinere Ladendiebstähle beging.

Mit 13 Jahren begann sie, sich selbst zu verletzen, nachdem sie einen Streit mit ihrer besten Freundin hatte und sich anschließend gefühllos fühlte. Ein für sie positiver Nebeneffekt war, dass sie dadurch die gewünschte Aufmerksamkeit ihrer Mutter erhielt. Sie wurde schließlich mit 14 Jahren in die psychiatrische Klinik eingewiesen und begann erstmals eine Therapie.

Mit 18 Jahren heiratete sie einen deutlich älteren Bundeswehrsoldaten. Gemeinsam bekamen sie 2 Kinder. Aufgrund von Auslandseinsätzen musste ihr Mann sie häufig verlassen. Dies führte bei ihr zu psychischer Belastung und ständiger Angst verlassen zu werden. Daraufhin kam es vermehrt zu Streitigkeiten und nach vier Jahren ging die Ehe auseinander. Es folgten wechselnde kurze Beziehungen, welche begleitet waren von selbstverletzendem Verhalten. Mit 29 Jahren wurde sie erneut in ein psychiatrisches Krankenhaus eingewiesen.

13.2.2 Theorien der fehlerhaften Entwicklung des Selbst

In diesem Abschnitt werden Theorien der fehlerhaften Selbstentwicklung beschrieben, die zur Borderline Persönlichkeitsstörung führen können.

Borderline darf laut ICD 10 erst ab 16 Jahren diagnostiziert werden, jedoch ist diese Diagnose im Jugendalter in kritischer Diskussion (ICD 10; Streeck-Fischer, 2008). In welchem Alter sich die Störung manifestiert ist individuell verschieden. Die wahrscheinlich bekanntesten ätiologischen Theorien sind die Theorie der fehlerhaften Mentalisierungsfähigkeit von Fonagy, Gergely, Jurist und Target (2004) und die Selbst-Objektbeziehungstheorie von Kernberg (1978). Zusätzlich werden im Folgenden neuere Erkenntnisse aus der Neuropsychologie über Veränderungen in der Interaktion von neuronalen Netzwerken kurz dargestellt.

Theorie der fehlerhaften Mentalisierungsentwicklung

Die Theorie über die Fehlentwicklung der Mentalisierungskompetenz wird von Fonagy et al. (2004) beschrieben. Dieser postuliert, dass die Mentalisierungsfähigkeit bzw. Reflexionsfunktion eine bedeutende Rolle in der

Selbstentwicklung einnehmen. Diese Kompetenz wird zusammengefasst als mentale Fähigkeit der Person die eigenen mentalen Zustände und die der anderen Personen zu verstehen und sich vorstellen zu können. Mit Hilfe dieser wird dem beobachteten Verhalten eine Bedeutung zugeschrieben und kann anschließend dadurch prognostiziert werden. Zudem ist die Interpretation der Motive anderer, die Deutung und das Nachvollziehen von eigenen und fremden Emotionen eine Facette der Mentalisierung.

Allgemein kann die Mentalisierung als Kompetenz verstanden werden, das Verhalten vorausgegangener mentaler Zustände und den Zustand selbst, sowie Emotionen, Gedanken, Intentionen und Überzeugungen verstehen, interpretieren, nachvollziehen und reflektieren zu können. Die Reflexionsfunktion ist die aktive Form dieser psychischen Kompetenz und arbeitet eng mit der Repräsentation des Selbst zusammen. Die Fähigkeit ermöglicht eine Unterscheidung zwischen interner und externer psychischer Kommunikation und emotionalen Prozessen. Diese Reflexionsfunktion ist ein bestimmender Faktor der Selbstorganisation, der Regulation von Emotionen und der Selbstbeobachtung. Weitere Komponenten sind möglicherweise die Impulskontrolle, Ausbau der Selbstreflexion und der Selbsterkenntniskompetenz sowie Erfahrungen mit der Urheberschaft der Selbstzustände und des Selbst.

Borderline Patienten haben deutliche Defizite in Teilaspekten der beschriebenen Mentalisierungsfähigkeit. In der Literatur von Fonagy et al. (2004) wird ein Zusammenhang zwischen dem Bindungsaufbau des Kindes und der Betreuungsperson und der frühen Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit thematisiert. Kenntnisse und frühe Erfahrungen in der Kindheit in sozialen Interaktionen sind für die Entwicklung bedeutsam (Fonagy et al., 2004; Sachs & Felsberger, 2013). Bereits die Entwicklungspsychologie lenkte die Aufmerksamkeit auf die entwickelte Kompetenz im Kleinkindalter das Verhalten anderer und das eigene zu interpretieren, indem Attributionen der mentalen Zustände vorgenommen werden. Die Reflexionsfunktion ist nicht nur eine Reaktion auf externe Stimuli bzw. Verhaltensweisen, sondern vor allem die Reaktion auf die mentalen Zuschreibungen deren Emotionen, Überzeugungen, Intentionen, Einstellungen, Wissen, Vorstellungen und Vortäuschungen. Die gemachten Erfahrungen und Kenntnisse bauen ein Repertoire an Selbst-Anderer-Repräsentanzen auf und können dadurch organisiert werden. Die kindliche Erforschung der Attribution von Verhalten anderer ist die Vorstufe der Mentalisierungsfähigkeit. Dies führt zu der Fähigkeit die eigenen mentalen Bewusstseinsvorgänge zu beschreiben und deren Sinn und Bedeutung zu kennen. Geprägt wird diese Kompetenz vor allem durch interpersonelle Beziehungen und wird besonders in der frühen Kindheit durch die Bindungspersonen gebildet. Eine sichere Bindung ist bedeutend für die Entwicklung der Selbstreflexion. Voraussetzung hierfür ist, dass der kognitive

Zustand des Kindes von der Bindungsperson erkannt und adäquat darauf reagiert wird. Diese werden durch die emotionale Spiegelung der Selbstzustände maßgeblich von der Feinfühligkeit der Bindungsperson beeinflusst. Die durch Traumata oder Vernachlässigung gestörte Entwicklungsphase der Mentalisierung, kann zu einer Fehlfunktion führen. Diese Dysfunktionalität äußert sich in mentaler Diffusion, sodass die psychischen Zustände nicht gefasst werden können. Zudem kommt es zu einer Desorganisation des Selbst. Es ergeben sich Schwierigkeiten in der Selbstreflexion, der Emotionen sowie der distanzierten Sicht auf konfliktreiche Erlebnisse. Bei Kindern ist das Unterscheiden von inneren und äußeren Reizen unmöglich, sodass sie von Reizen überflutet sind und vieles fehlinterpretieren. BPS-Betroffene sind sehr sensibel für Emotionen anderer, können sie aber nicht einordnen, verstehen oder nachvollziehen. Deshalb haben sie Schwierigkeiten adäquat zu reagieren (Sendera & Sendera, 2016). Nach Fonagy et al. (2004) ist die BPS also als Dysfunktionalität der Mentalisierungsfähigkeit anzusehen. Die affektgesteuerten und meist chaotischen Beziehungen werden als Grund der Entwicklung der Persönlichkeitsstörung angenommen. Daraus resultiert eine angespannte Atmosphäre, die die Mentalisierung hemmt, auch ohne offensichtliches Trauma. Die ersten zwischenmenschlichen Erfahrungen und Erlebnisse werden kognitiv verankert, nur begrenzt von der Realität differenziert und können so auf weitere Beziehungen einwirken. Zum Schutz vor den als bedrohlich empfundenen Erfahrungsinhalten wird durch projektive Identifikationen versucht eine Distanz aufzubauen und sich diesen nicht zugehörig zu fühlen. So kommt es letztendlich zu Fehlinterpretationen der Gefühle, des Verhaltens und der Gedanken (Fonagy et al., 2004).

Fonagy et al. (2004) sieht in Vernachlässigung, Misshandlung und Trauma in der Kindheit die Ursache der Fraktionierung oder Spaltung der Reflexionsfunktion bzw. der Mentalisierungsfähigkeit. Entwickelt sich diese Fähigkeit hinreichend und verläuft normal, so vollzieht sich eine Integration, aber auch eine Generalisierung der Verhaltensmodelle mit mentalisierendem Charakter. Liegt eine Fehlentwicklung vor, so ist möglicherweise die Koordinierung der separaten Fähigkeiten gestört bzw. findet nicht statt. Des Weiteren besteht bei einer unzureichenden Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit ein hohes Risiko für die Entwicklung einer Persönlichkeitsstörung. Betroffene einer Persönlichkeitsstörung sind defizitär in ihrer Selbstorganisation und hinsichtlich mentaler Vorstellungen und Reflexionen in sozialen Interaktionen (Fonagy et al., 2004).

Theorie der Selbst-Objektbeziehungen/Selbstrepräsentanzen

Ein weiteres Entwicklungsmodell beschreibt Kernberg mit seinem psychoanalytischen Konzept (1978). Ihm zufolge ist ein prägnantes Merkmal der

Borderline-Störung die Ich-Schwäche, welche durch inadäquate Impulskontrolle, mangelhafte Angsttoleranz, mangelhafte Sublimierungen und Auftreten von primär prozesshaften Denkweisen gekennzeichnet ist. Die Charakterzüge dieser Personen sind hochgradig individualisierte, aktive Kompromissbildungen zwischen Impuls und Abwehr (Kernberg, 1978).

Das psychoanalytische Konzept fokussiert vor allem die Qualität der Beziehung zur Bindungsperson und die Objekttheorie. Zu einer gesunden Ich-Entwicklung sind zwei Prozesse besonders entscheidend: den Unterschied zwischen „Objekt- und Selbstimages“ zu erkennen und die anschließende Integration dieser gegensätzlichen „Imago“.

In dem ersten Entwicklungsprozess werden im Rahmen der Wahrnehmungsfunktionsentwicklung und Gedächtnisspuren die Stimuli immer detaillierter zugeordnet und somit auch die Selbst- und Objektimages getrennt. Bei Psychosen ist diese Entwicklung fehlerhaft, wobei es zu Verschmelzungen der unterschiedlichen Images kommt. Im Falle der BPS ist diese jedoch nicht gestört und es kommt zu einer gesunden Differenzierung.

Die Pathologie hat ihren Ursprung im fehlerhaften zweiten Prozess. Die Entwicklung der Zusammenführung positiv und negativ bestimmter Selbst- und Objektimages ist fehlerhaft oder fehlgeschlagen. Der Grund liegt vor allem in einem Übermaß an aggressiven Selbst- und Objektimages, im Gegensatz dazu stehen überidealisierte positive Selbst- und Objektimages (Kernberg 1978). Das Selbst ist durch die Störung nicht in der Lage die Grenzen zwischen den inneren Zuständen und den Objekten, den externen Realität zu ziehen (Fonagy et al., 2004). Die zusätzliche Ich-Schwäche, d. h. mangelhafte Ich-Funktionen, entsteht aus dem fehlerhaften Aufbau des inneren Objekts.

Des Weiteren begründet Kernberg (1978) die Entstehung der Pathologie mit einer mangelhaften Angsttoleranz. Diese gestörten Entwicklungen haben einen bedeutenden Einfluss auf nachfolgende Funktionen, weshalb es zu fehlerhaften Integrationen von Selbst- und Objektimage kommt. Die Versuche die beiden gegensätzlichen Imago zu integrieren verursacht verheerende Angst- und Schuldgefühle. Es bleibt ein Spaltungsprozess bestehen, der im Reifungsprozess des Menschen normalerweise in eine Integration übergeht. Um diese zu ertragen, entwickelt der Mensch Abwehrmechanismen wie Verleugnung, primitive Idealisierung oder Projektion. Das Beziehungserleben ohne diese Mechanismen würde widersprüchlich, erschreckend und frustrierend auf die Betroffenen einwirken. Durch die Dysfunktionalität kann kein integriertes Selbstbild entstehen, welches erhebliche Auswirkungen auf die Identitätsdiffusion hat. So entstehen widersprüchliche Charakterzüge und dazu unorganisierte interpersonelle Beziehungen. Durch die misslungene Integration der gegensätzlichen Imago kommt es zusätzlich zu Beeinträchtigungen der Über-Ich-Integration.

Das Über-Ich verstärkt die paranoiden Züge in diesem Fall noch deutlicher. Außerdem gibt es wegen der dysfunktionalen Entwicklung der Empathie anderen Personen gegenüber, mangelhafte Objektbeziehungen. Als weitere Auswirkungen der Integrationsschwäche ist die Dysfunktionalität der Angsttoleranz, Kompetenz der Impulskontrolle und die Entwicklung der Sublimierungen zu nennen (Kernberg, 1978).

Alles in allem wird in dieser Theorie deutlich, dass BPS Patienten aufgrund von fehlerhafter Integration der verschiedenen Imago in ihrer gesunden Selbstbildung negativ beeinflusst sind. Durch die defizitäre Ausbildung können sie, laut Kernberg, keine ganzheitliche Persönlichkeit entwickeln.

Neuropsychologische Aspekte der Borderline Persönlichkeitsstörung

Neuere Forschungsarbeiten untersuchten die neurologischen Netzwerke und deren Veränderung bzw. Defizite bei BPS Patienten. In der Studie von Reich und Zanarini (2001) wurden biologische Veränderungen der Serotonin- und Norepinephinesysteme erkannt. Diese physischen Faktoren sind maßgeblich an der emotionalen und behavioralen Kontrolle beteiligt und bedingen die Impulsivität und die affektive Labilität (Reich & Zanarini, 2001). Welche detaillierten Ursachen diese Veränderungen haben, konnte jedoch nicht geklärt werden.

Eine weitere Studie postulierte, dass die emotionale und behaviorale Instabilität in der BPS mit der Psychopathologie des neurokognitiven Dreifach-Netzwerkmodell korrespondiert. Dies suggeriert, dass die abweichende emotionale Ausprägung und kognitive Kontrolle mit einer veränderten Interaktion zwischen den drei intrinsischen Konnektivitätsnetzwerken zusammenhängt. Die intrinsischen Konnektivitätsnetzwerke inkludieren das Salienznetzwerk (SN), das Default-Mode-Netzwerk (DMN) und das zentrale Exekutivnetzwerk (CEN). In dieser Studie wurde untersucht, ob und wie solche Dreifach-Netzwerke in ihrer intrinsisch funktionalen Konnektivität (iFC) bei Patienten mit BPS verändert sind. Abweichende intra-iFC wurde bei den Patienten zwischen dem DMN, dem SN und dem CEN gefunden. Während die Inter-iFC der Patienten des CEN reduziert ausfiel, war die inter-iFC des SN erhöht. Insbesondere der Abnormalitätsindex, der die Beziehung von CEN- und SN-inter-iFC mit den anderen Netzwerken widerspiegelt, ist bei BPS Patienten stark von der CEN zur SN-Konnektivität verschoben. Die Ergebnisse liefern erste vorläufige Beweise für abweichende Dreifach-Netzwerk-iFC bei BPS Patienten. Die Ergebnisse deuten auf eine Verlagerung von Inter-Netzwerk-iFC hin. Weshalb Netzwerke, die an kognitiver Kontrolle beteiligt sind, weniger aktiv sind und emotionsbedingte

Aktivitäten erhöht sind. Dies spiegelt möglicherweise die anhaltende Instabilität der Emotionsregulation bei Patienten wieder (Doll et al., 2013).

Andere Autoren suggerieren eine Veränderung der Konnektivität des DMN, die Veränderungen in der räumlichen Integrität und den zeitlichen Charakteristika hervorrufen. Dadurch wird die kognitive und affektive Bewertung von Schmerz als weniger selbstrelevant und weniger aversiv wahrgenommen. Zudem ist der Wechsel von der Basis-Verarbeitung zu aufgabenbezogener Verarbeitung im Arbeitsgedächtnis verlangsamt. Dies hat Auswirkungen auf die Emotionsregulation, die Aufmerksamkeit und die Konzentration sowie den Aufmerksamkeitswechsel zwischen verschiedenen Objekten. Diese Funktionen spielen eine zentrale Rolle in der Borderline-Persönlichkeitsstörung. Im antinozizeptiven System wurden veränderte Aktivitäten der Hirnregionen festgestellt, die an der kognitiven und affektiven Bewertung von Schmerz beteiligt sind (Kluetsch et al., 2012).

In der Arbeit von Krause-Utz et al. (2014) wurde die Konnektivität der Amygdala und des anterioren cingulaten Kortex (ACC) während einer emotionalen Arbeitsgedächtnisaufgabe bei Borderline Patienten mit einem zwischenmenschlichen Trauma untersucht. In diesem Zusammenhang ist das Arbeitsgedächtnis besonders von Interesse, da dies die Ausblendung von emotionaler Ablenkung ermöglicht und das zielgerichtete Verhalten weiter ausgeführt werden kann. Antagonistische Interaktionen zwischen Hirnregionen, die an der emotionalen Verarbeitung beteiligt sind, können eine wichtige Rolle bei der Bewältigung emotionaler Ablenkung spielen. Solche Hirnregionen sind beispielsweise die Amygdala, sowie der dorso-laterale und dorsoediale präfrontale Kortex (DlPFC, DmPFC), welche an dem Erhalt der kognitiven Kontrolle beteiligt sind. Die Ergebnisse zeigen, dass längere Reaktionszeiten im Zusammenhang mit der Amygdala-Hyperreaktivität während der emotionalen Ablenkung bei zwischenmenschlich-traumatisierten Borderline Patienten im Vergleich zur Kontrollgruppe vorlagen. Die Reaktionszeiten während der emotionalen Ablenkung sagten positiv die Amygdala-Konnektivität mit dem rechten dmPFC und (Para-) Hippocampus voraus. Die Dissoziation hingegen sagte die Amygdala-Konnektivität mit dem rechten ACC positiv vorher. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass bei interpersonal traumatisierten Patienten mit BPS eine erhöhte Aufmerksamkeit auf aufgabenirrelevante (emotionale) soziale Informationen, während einer Arbeitsgedächtnisaufgabe, gerichtet ist (Krause-Utz et al. 2014).

Insgesamt zeigen diese vielfältigen Forschungen zur Neuropsychologie der BPS, dass eine Selbstentwicklung möglicherweise auch auf neuronaler Ebene gestört ist, da zentrale Netzwerke, wie das DMN fehlerhaft oder anders zu funktionieren scheinen. Zusätzlich gibt es einige Belege, dass die Emotionsregulation, welche zumindest sekundär mit der Selbstent-

wicklung zusammenhängt, ebenfalls bereits auf neuronaler Ebene defizitär ausgeprägt ist. Auch eine veränderte Schmerz Wahrnehmung kann zu einer Diskrepanz zwischen Selbstbild und gesellschaftlichen Normen führen, welche die Entwicklung einer eigenen Identität erschwert.

13.2.3 Fazit

Viele verschiedene Defizite und Veränderungen in der Entwicklung des Selbst können zu einer Borderline-Persönlichkeitsstörung führen. Borderline Patienten können in vielfältiger Weise von einem normalen Selbst abweichen. Die Entwicklung des Selbst ist durch viele Faktoren beeinflusst, gehemmt oder fehlerhaft, die als Vulnerabilität für die Entstehung von Borderline gesehen werden können.

Vielfältige Theorien der Ätiologie von Borderline erklären einige Aspekte, dennoch gibt es zahlreiche Ausnahmen und Abweichungen von Borderline Patienten, bei denen keine der Theorien zutrifft. Zusammenhänge der veränderten neuronalen Netzwerke und Veränderungen im Verhalten bei Borderline Patienten konnten bereits festgestellt werden. Ursachen dieser neuronalen Veränderungen sind jedoch ungeklärt.

Eine Vulnerabilität durch die Fehlentwicklung der Mentalisierungsfähigkeit aufgrund des fehlerhaften Bindungsaufbaus ist bereits gut erforscht, muss jedoch weiterhin durch Längsschnittstudien gestützt werden. Alles in allem kann BPS aber durchaus als Folge einer Selbstentwicklungsstörung aufgefasst werden.

13.3 Schizophrenie

13.3.1 Beschreibung der Störung

Schizophrenie gehört zu den schwersten psychischen Erkrankungen. Erstmals grenzte der Psychiater Emil Kraepelin 1896 ein vielseitiges Krankheitsbild, das er „Dementia Praecox“ nannte, von der günstigeren Diagnose des „manisch-depressiven Irreseins“ ab.

1911 kam der Schweizer Psychiater Eugen Bleuler zu dem Schluss, dass nicht alle von Kraepelin zusammengefassten Störungen in einer Demenzentwicklung münden und fasste „elementare Störungen einer mangelhaften Einheit, einer Zersplitterung und Aufspaltung des Denkens, Fühlens und Wollens und des subjektiven Gefühls der Persönlichkeit“ unter dem Begriff „Schizophrenie“ (von schizo – „Spalt, gespalten“; phren – „Geist, Seele“) zusammen. Männer und Frauen erkrankten gleichermaßen im jungen Erwachsenenalter an Schizophrenie (Männer: 20-25 Lebensjahr, Frauen: 25-30 Lebensjahr), unabhängig von sozialem Status und ethnischer Herkunft.

Die Lebenszeitprävalenz beträgt ca. 1% (Halweg & Dose, 1998). Laut ICD-10 sind vor allem Störungen des Denkens und der Wahrnehmung sowie inadäquate oder verflachte Affekte charakteristisch für diese Störung (Dilling et al., 2015). Klassische psychopathologische Phänomene der Positiv- sowie Negativ-Symptomatik sind unter anderem: Wahn, Halluzinationen, Ich-Störungen, formale Denkstörungen, Störungen des Affekts sowie katonische Symptome (Remschmidt & Theisen, 2011). Bewusstseinsklarheit und intellektuelle Fähigkeiten sind in der Regel nicht eingeschränkt, dennoch können sich im Krankheitsverlauf gravierende kognitive Defizite (Dilling et al., 2015) und eine Desintegration der Persönlichkeit entwickeln (Remschmidt & Theisen, 2011). Die Störung zeigt sich in vielfältiger Ausprägung und kann sowohl in einem episodischen als auch in einem kontinuierlichen Verlauf erfolgen (Dilling et al., 2015).

Das ICD-10 unterscheidet zwischen sieben verschiedenen schizophrenen Störungen, bei denen unterschiedliche Symptome, wie beispielsweise Wahn und Halluzinationen (paranoide Schizophrenie, F20.0) oder psychomotorische Veränderungen (katatone Schizophrenie, F20.2) im Vordergrund stehen.

Zusätzlich gibt es schizophrene Erkrankungen im Kindesalter. Diese sind allerdings noch wenig erforscht und treten nur in seltenen Fällen auf. In diesem Kapitel werden die Erörterungen daher auf die Entwicklung einer Schizophrenie im frühen Erwachsenenalter beschränkt, welche einen nicht minder großen Einschnitt in die Persönlichkeitsentwicklung und das Selbst-Erleben darstellt.

Fallbeispiel

Lukas Meier ist 20 Jahre alt. Er wuchs in einem Einfamilienhaus auf und erlebte eine unauffällige Kindheit. Er war ein ruhiger Junge und hatte wenige Freunde in der Schule. In der sozialen Interaktion war er überdurchschnittlich ängstlich und zurückhaltend. Er beobachtete eher, als mitzuspielen. Nach dem Schulabschluss zog er in eine Wohngemeinschaft in einer nahegelegenen Großstadt, wo er sein Informatikstudium begann. Mit seinem Mitbewohner und seinen Kommilitonen kam er gut zurecht, schloss jedoch keine engen Freundschaften. In seinem ersten Semester besuchte er viele Partys. Dies änderte sich gegen Ende des Semesters, da er das Gefühl hatte, von den anderen Studenten „schräg angeschaut“ zu werden. Er zog sich immer stärker zurück und verließ kaum noch sein Zimmer, da er Angst hatte, auf der Straße verfolgt und beobachtet zu werden. Außerdem glaubte er, von der Regierung in seinem Handeln beeinflusst zu werden, sobald er seine Wohnung verließ.

Das sagten ihm auch die Stimmen, die er immer wieder hörte. Diese beschimpften ihn als „Versager“ und „Feigling“, weil er sich nicht gegen die Überwachung zur Wehr setze. Nach einer Weile ging Lukas auch nicht mehr zur Universität, da er sich sicher war, dass seine Professoren seine Gedanken lesen konnten und seine Ideen für ihre Zwecke missbrauchten. Er konnte sich zu nichts mehr motivieren und traf sich nicht mehr mit seinen Kommilitonen. Sein Mitbewohner bemerkte, dass er sich sehr veränderte, nervös war und kaum noch schlief. Nachdem Lukas ihn beschuldigte, sein Zimmer abzuhören und ihn deshalb beschimpfte und körperlich angreifen wollte, brachte dieser Lukas in eine Klinik. Hier wurde eine akute paranoide Schizophrenie diagnostiziert.

13.3.2 Schizophrenie als Einflussfaktor für ein verändertes Selbst

Im folgenden Teilkapitel wird diskutiert, inwieweit sich eine im jungen Erwachsenenalter auftretende Störung auf das Selbst und dessen Entwicklung auswirkt. Die meisten Betroffenen erkranken erst nach der Pubertät an Schizophrenie. Somit sollte die kritischste Phase der Persönlichkeitsentwicklung abgeschlossen sein. Dennoch verändert diese Erkrankung maßgeblich ihr Dasein. Hier stellt sich die Frage, wie das Selbst nachträglich noch beeinflussbar sein kann. Im Kontrast dazu gibt es viele ätiologische Theorien der Schizophrenie. Angefangen bei genetischen Faktoren über die Annahme einer hirnstrukturellen Störung, toxischen Einflüssen, psychosozialen Aspekten bis hin zu pränatalen Infektionen (Renschmidt & Theisen, 2011). Die endgültige Ursachenkonstellation ist bis heute nicht geklärt, sodass Schizophrenie auch als Folge einer abweichenden Selbstentwicklung angenommen werden könnte. Solche Theorien sollen im Folgenden ausgeführt werden.

Beeinflussung des Selbst durch (soziale) Informationsverarbeitungsprozesse

Es sollte bereits deutlich geworden sein, dass sich das Selbst durch soziale Interaktion entwickelt und beeinflussen lässt (siehe auch das Kapitel Kindheit und Kapitel Jugend). Doch nicht nur das Vorhandensein von passenden Interaktionspartnern ist hierfür erforderlich, sondern auch die Fähigkeit der Person, entsprechende Informationen und Sinnesreize adäquat und zielführend zu verarbeiten. Bei Menschen die an Schizophrenie erkrankten, sind

viele dieser Verarbeitungsprozesse deutlich eingeschränkt. Dies reduziert ihre Möglichkeiten, ein gesundes Selbst aufzubauen und aufrechtzuerhalten. Im folgenden Abschnitt werden verschiedene Theorien der (sozialen) Informations- und Reizverarbeitung dargestellt.

Theory of perceptual incoherence. Die Theory of perceptual incoherence geht davon aus, dass die multisensorische Integration (MI) einen maßgeblichen Anteil an der Selbst-Entwicklung und dessen Aufrechterhaltung hat. Unter MI werden neurologische Prozesse der Organisation und Integration von sensorischen Informationen, während des Heranwachsens verstanden (Ayres, 2005; Bremner, Lewkowicz & Spence, 2012; Ghazanfar, 2012). Die Integration und Verarbeitung von verschiedenen Sinnesreizen führen u.a. dazu, dass man sich selbst von anderen differenzieren kann. Hierfür ist vor allem eine gute Verarbeitung von propriozeptiven und taktilen Reizen erforderlich (Feinberg, 2009; Tsakiris, 2010). Auch die Integration von vestibulären Reizen im Sinne des Abgleichs der Körperposition im Raum mit bestehenden Umwelt- und visuellen Informationen ist von großer Bedeutung für die Koexistenz von physischen, mentalen und emotionalen Zuständen (Carmona, Holland & Harrison, 2009; Cheyne & Girard, 2009). Des Weiteren ist auch die Wahrnehmung von inneren Zuständen (z. B. eigener Gefühle) in Abgrenzung zu den Gefühlen anderer für eine erfolgreiche MI wichtig.

Postmes et al. (2014) führen in ihrem Review eindrücklich auf, dass bei Menschen, die an Schizophrenie erkrankt sind, MI in allen Sinnesbereichen eingeschränkt ist. Diese Einschränkungen werden als „perceptual incoherence“ (PI) bezeichnet. PI kann auch bei gesunden Probanden durch stark widersprüchliche Sinnesreize, welche nicht mehr als eine Wahrnehmung verarbeitet werden können, ausgelöst werden (Blanke, 2012). Beispielsweise lassen sich durch asymmetrische vestibuläre Stimulation schizophrenie-ähnliche Symptome, wie Depersonalisierung, Derealisation und Störung des Körpergefühls, welche der Ich-Störung im Krankheitsbild zugeordnet sind, sowie Halluzinationen hervorrufen (Schilder, 1993; Lopez, Halje & Blanke, 2008; Cheyne & Girard, 2009). Bei Schizophrenie scheint die PI dauerhaft und schwerwiegend, was zu einer defizitären Diskriminierung zwischen Selbst und Nicht-Selbst führt. Diese ist zusätzlich negativ beeinflusst durch ein reduziertes Körpergefühl, verschlechterte emotionale Verarbeitung und Defizite in der Reizquellenlokalisation (Bender, Weisbrod & Resch, 2007; Uhlhaas, Haenschel, Nikolic & Singer, 2008; Roux, Christophe & Passerieux., 2010).

Alles in allem ist das Empfinden von sich selbst und damit auch die Abgrenzung des eigenen „Ich“ von anderen durch die PI maßgeblich eingeschränkt, wodurch die Grenzen zwischen Umgebung und Selbst ver-

schwimmen können. Gleichzeitig wird auch die Abgrenzung von inneren zu äußeren Reizen erschwert, was bedeutet, dass zwischen vom Gehirn produzierten Wahrnehmungen („inner speech“) und äußeren Reizen nicht mehr unterschieden werden kann (Frith, 1987). Dadurch werden erstere als Realität angenommen und Halluzinationen erscheinen für Patienten real.

Mentalisierungstheorie und soziale Informationsverarbeitungstheorie. Im Abschnitt zur Borderline Persönlichkeitsstörung wurde bereits auf die Mentalisierungstheorie eingegangen. Diese Theorie wurde ursprünglich für die Erklärung von Borderline Persönlichkeitsstörung entwickelt, ist jedoch in jüngerer Zeit auch vermehrt in der Behandlung von Schizophrenie in den Vordergrund gerückt.

Als Mentalisierung wird die Fähigkeit beschrieben, eigenes und fremdes Verhalten durch Zuschreibung mentaler Zustände (Wünsche, Bedürfnisse, Gefühle, Überzeugungen, Motive) zu verstehen. Diese wird im Laufe der Entwicklung durch soziale Interaktion erlernt. Menschen mit mangelnder Mentalisierungsfähigkeit sind meist schnell mit der soziokognitiven Aufgabe, die mentalen Zustände anderer auf Metaebene abzuleiten, überfordert. Es kommt zu sozialen Missverständnissen und Konflikten. Gleichzeitig fällt es diesen Personen schwer, ihr Selbst von Anderen (Nicht-Selbst) abzugrenzen, da ihnen die Informationsgrundlage durch mangelnde Mentalisierungsprozesse fehlt (Sachs & Felsberger, 2013).

Soziale Informationsverarbeitung kann als Voraussetzung für das Erlernen von Mentalisierungsfähigkeit gesehen werden, denn eine adäquate Reizverarbeitung wird benötigt, um ein Repertoire an Selbst-Anderer-Präsentanzen aufzubauen.

Billeke und Aboitiz (2013) unterteilen die schwerwiegendsten Defizite in der sozialen Informationsverarbeitung von Schizophrenie Patienten in drei aufeinander aufbauende Prozesse: Die erste Ebene ist die eingeschränkte Wahrnehmung eines sozialen Stimulus. Auf der zweiten Ebene bestehen Defizite im Verständnis von mentalen Zuständen anderer, gefolgt von der dritten Ebene Schwierigkeiten des Verstehens der Interaktion anderer Menschen in der sozialen Umwelt.

Einschränkungen in diesen drei Prozessen sind durch viele Studien belegt und haben weitreichende Folgen für die Entwicklung und Konstanz des Selbst. Patienten mit Schizophrenie zeigen reduzierte oder fehlende soziale Kognitionen und sind dadurch stark in ihrer Interaktion eingeschränkt (Green & Leitmann, 2008; Billeke & Aboitiz, 2013). Dies zeigt sich beispielsweise in einer verringerten Anwendung der „Theory of mind“ (Frith, 2004) oder einer schlechteren Fähigkeit der Gesichtserkennung (Marwick & Hall, 2008) sowie des Wiedererinnerns von Gesichtsausdrücken (Sachs, Steger-Wuchse, Kryspin-Exner, Gur & Katschnig, 2004; Tu-

retsky et al., 2007) im Vergleich zu gesunden Kontrollpersonen. Schon früh konnte gezeigt werden, dass Fehlinterpretationen von Gesichtsausdrücken und Affekten nicht nur zu sozialen Konflikten, sondern auch zu Symptomen von Paranoia und Verfolgungswahn führen können (Frith, 1996).

Defizite in der Verarbeitung sozialer Reize und Mentalisierung lassen sich bei Menschen, die bereits an Schizophrenie erkrankt sind, gut erkennen und bieten auch eine Erklärung für die defizitäre Entwicklung oder Veränderung des Patienten hinsichtlich seines Selbst. Jedoch stellt sich die Frage, ob diese Informationsverarbeitungsschwierigkeiten durch die Erkrankung verursacht wurden und somit das vorhandene Selbst verändern oder ob sie bereits vor der Erkrankung bestanden. Trifft Letzteres zu, ist möglicherweise eine Fehlentwicklung des Selbst an der Entwicklung einer schizophrenen Erkrankung beteiligt. Schiffman et al. (2004) konnten mittels Videoanalyse zeigen, dass Kinder, die später an Schizophrenie erkrankten, bereits Auffälligkeiten in ihrem Sozialverhalten zeigten. Weitere Studien zeigen, dass Personen mit familiärer Vorbelastung, sozialkognitive Defizite vor allem im Bereich der „Theory of Mind“ aufweisen. Die Ausprägung dieser können einen Krankheitsausbruch vorhersagen (Anselmetti et al., 2009; Eack et al., 2010; Gibson, Penn, Prinstein, Perkins & Belger, 2010; Kim et al., 2011). Dennoch bleiben viele Aspekte ungeklärt. Zum Beispiel ist noch unklar, welchen Einfluss die möglicherweise eingeschränkte Selbstentwicklung durch sozialkognitive und interaktive Defizite auf die Entwicklung der Erkrankung hat. Sie könnte gleichermaßen eine Begleiterscheinung, Symptom oder durch genetische Prägung bestimmte Ursache sein. Um diese Fragen näher zu klären, fehlt es bisher an großen Längsschnittstudien, welche sich mit der Selbstentwicklung hinsichtlich einer potentiellen psychischen Erkrankung befassen. Unumstritten ist hingegen, dass sozialkognitive Defizite, welche ggf. schon vor der Erkrankung bestanden, sich mit Erkrankungsbeginn potentiell verschlechtern. Eine ausgeprägte Negativsymptomatik mit vermindertem Antrieb, sozialem Rückzug und eventueller Reduktion kognitiver Leistungsfähigkeit führt zur Minimierung von sozialen Kontakten. Dies wiederum ist kontraproduktiv für die Verbesserung der Mentalisierungsfähigkeit und hat einen negativen Einfluss auf das vorhandene Selbst, das Selbstbild und das Selbstwertempfinden (siehe Abschnitt Selbststigmatisierung und Selbst-Erleben).

Selbststigmatisierung, Ich-Erleben & Klarheit des Selbstkonzepts. Der Frage „Wie sich das Selbst durch eine Erkrankung verändern kann?“ gehen Studien zur Stigmatisierung, Ich-Erleben nach Erkrankung und Selbst-Konzept-Stabilität nach. In diesen Arbeiten geht es vorrangig darum, wie sich Erkrankte von Gesunden hinsichtlich dieser Aspekte unterscheiden und wie sich Stigmatisierung auf das Erleben und Verhalten auswirkt.

Wissenschaftler, die sich mit Stigmatisierung beschäftigen, unterscheiden zwischen dem öffentlichen (public) Stigma, welches einem von der Umwelt entgegengebracht wird und dem persönlichem (personal) Stigma, welches die inneren Prozesse die zur öffentlichen Stigmatisierung gehören umfasst (Vrabova et al., 2016). Das persönliche Stigma besteht aus dem Aspekt der wahrgenommenen Stigmatisierung, dem der erlebten Stigmatisierung und der daraus folgenden Selbststigmatisierung (Corrigan, Watson & Barr, 2006). Letztere ist bei Patienten mit Schizophrenie vor allem dadurch gekennzeichnet, dass sie den positiven Glauben an eine Genesung oder Krankheitsverbesserung sowie an die eigene Person (Selbstwirksamkeit) verlieren. Gleichzeitig sind Selbstachtung, Selbstwahrnehmung und Selbstvertrauen reduziert (Corrigan et al, 2006; Werner, Aviv & Barak, 2008; Yanos, Roe, Markus & Lysaker, 2008; Segalovich, Doron, Behrbalk, Kurs & Romem, 2013; Collett, Pugh, Waite & Freeman, 2016; Vidovic, Brečić, Vilibic & Jukic, 2016). Es ist leicht vorstellbar, dass diese Art von Veränderung der Einstellung zum eigenen Selbst nicht nur die Person selbst sondern auch ihre Angehörigen beeinflusst, da diese die direkten Folgen zu tragen haben. Gleichzeitig ist es wahrscheinlich, dass die erkrankte Person versucht, öffentliche Stigmatisierung zu vermeiden, um die persönliche Stigmatisierung zu reduzieren und somit die Stabilität des eigenen Selbst zu schützen. Diese Vermeidung von öffentlicher Stigmatisierung kann jedoch bedeuten, dass die Person eventuelle Hilfen, wie zum Beispiel eine Therapie, aus Angst vor Stigmatisierung nicht wahrnimmt und die Situation dadurch unbewusst sogar verschlechtert. Vrabova et al. (2016) konnten in diesem Zusammenhang zeigen, dass das Level von Selbststigmatisierung mit der Anzahl von Klinikaufenthalten, der sozialen Einbindung in ein Arbeitsverhältnis, sowie der objektiven Ausprägung der Erkrankung verbunden ist. Eine höhere Anzahl von Klinikaufenthalten und ein objektiv höherer Schweregrad der Erkrankung zeigten sich als Risikofaktoren für eine erhöhte Selbststigmatisierung, während eine soziale Einbindung durch ein Angestelltenverhältnis sich als Schutzfaktor herausstellte.

Insgesamt sollte Stigmatisierung als ein wichtiger Faktor gesehen werden, der zu einer Destabilisierung des Selbst nach Erkrankung beiträgt und es ein bedeutsamer gesellschaftspolitischer Ansatzpunkt sein könnte. Ebenfalls ist der Schutzfaktor eines sicheren Arbeitsverhältnisses oder sozialer Einbindung allgemein sehr wichtig, da er möglicherweise zu einer Stabilisierung des Selbst trotz Erkrankung beitragen kann.

Neben der Stigmatisierung ist das veränderte Selbst-Erleben („Sense-of-Self“ – SOS) nach einer Erkrankung in den Fokus der Forschung gerückt. SOS ist die Grundlage, auf der man sich selbst und seine Umwelt erlebt, weshalb es gravierende Auswirkungen haben kann, wenn sich dieses Selbst-erleben durch eine Erkrankung verändert.

Ein zentrales Modell, welches Schizophrenie als Störung des SOS sieht, ist das Ipsety-Disturbance-Model von Sass und Parnas (2003). Dieses unterteilt die Veränderung des Selbsterlebens in zwei Aspekte. Zum einen können Patienten Zustände der reduzierten Selbstzuwendung (diminished self-affection) zeigen, in welchen sie sich selbst schlecht wahrnehmen (reduzierter SOS) und sich dadurch der Welt und dem Leben nicht zugehörig fühlen. Zum anderen kann eine erhöhte Reflexivität (Hyperreflexivity) vorliegen, welche die Selbstaufmerksamkeit auf innere Gefühlswelten lenkt, die bei gesunden Menschen unbewusst oder unbeachtet bleiben. Moe und Docherty (2013) konnten zeigen, dass sich bei Schizophrenie Patienten bestimmte Aspekte der SOS von gesunden Kontrollpersonen aber auch von Patienten mit einer bipolaren Störung unterscheiden. Insgesamt zeigt sich bei Patienten mit Schizophrenie ein signifikant geringeres SOS im Vergleich zu gesunden Kontrollpersonen. In Relation zu Patienten mit einer anderen psychischen Erkrankung (bipolare Störung) zeigen sich signifikante Defizite in dem Level der Beziehungsfähigkeit (level of relatedness), der Selbstdefinition (level of self-definition) und der negativen und positiven Selbstbeurteilung (negative and positive self-regard). Das bedeutet, dass Schizophrenie Patienten Beziehungen als weniger reziprok und empathisch beschreiben, sich selbst negativer bewerten und eine unklare Selbstdefinition aufweisen. Moe und Docherty (2013) führen diese Ergebnisse auf eine reduzierte Selbstzuwendung, wie im Ipsety-Disturbance-Model beschrieben, zurück.

Ähnlich dem Level von Selbstdefinition ist das Konzept der Klarheit des Selbstkonzepts („Self-concept Clarity“ – SCC). Dieses beschreibt laut Cicero, Martin, Becker und Kerns (2016) das Ausmaß der Sicherheit einer Person in sich selbst, seinen Eigenschaften und deren konstante Beschreibung. Um ein stabiles Konzept des eigenen Selbst aufzubauen ist es notwendig verschiedene Facetten des Selbst zu integrieren. Gelingt diese Integration nicht oder nur teilweise zeigt sich eine geringere SCC. Cicero et al. (2016) konnten in ihrer Studie zeigen, dass Schizophrenie Patienten insgesamt eine geringere SCC aufweisen als gesunde Kontrollprobanden. Zusätzlich korreliert eine geringere SCC positiv mit der Ausprägung der schizophrenen Symptome.

Insgesamt zeigt sich in der aktuellen Forschung, dass sich durch eine Erkrankung an Schizophrenie einige Aspekte der Selbstwahrnehmung (SOS und Selbststigmatisierung) und des Selbstkonzepts (SCC) verändern können. Eine reduzierte Fähigkeit soziale Beziehungen als empathisch und reziprok (level of relatedness) wahrzunehmen und die negativen Einflüsse von Selbststigmatisierung schränken zusätzlich die Möglichkeiten einer Normalisierung der Wahrnehmung und somit die Genesungschancen ein.

Neuropsychologische Aspekte der Selbstveränderung- und Selbstentwicklung bei SZ

Ein wichtiger Aspekt der Selbstentwicklung und -stabilität sind neuronale Prozesse. Auch in der Schizophrenie Forschung sind neuropsychologische Prozesse in letzter Zeit vermehrt betrachtet worden.

Viele Theorien der Schizophrenie befassen sich mit der Rolle von Interneuronen und großen Netzwerken (z. B. Default-Mode-Network – DMN). Diese Theorien lassen sich unter der Diskonnektivitätshypothese zusammenfassen. Diese besagt, dass eine reduzierte Interaktion von verschiedenen Gehirnregionen und funktionalen Netzwerken zu kognitiven und psychotischen Symptomen bei Schizophrenie führt. Als besonders bedeutsam für die Selbst-relevanten Symptome wird die Verbindung von Gehirnregionen betrachtet, welche dem DMN zugeordnet werden (siehe Kapitel Neuro). Dieses nimmt eine besondere Rolle bei Prozessen der Selbstreflexion und der emotionalen Verarbeitung von Reizen ein. In Bezug auf die Konnektivität zwischen den Komponenten des DMN bei Schizophrenie-Erkrankung gibt es widersprüchliche Befunde. Einige Studien finden eine erhöhte, andere eine reduzierte Konnektivität bei Patienten im Vergleich zu Gesunden. Peeters et al. (2015) stellen die Hypothese auf, dass diese Unterschiede durch verschiedene Messmethoden und eine große Komplexität des Netzwerkes zustande kommen. Nichtsdestotrotz sind sich die Forscher einig, dass die Konnektivität im DMN bei Schizophrenie Veränderungen aufweist. Peeters et al. (2015) fanden eine erhöhte Verbindung vom Posterioren Cingulären Cortex (PCC) zum inferioren parietalen Lobulus (IPL) und medialen präfrontalen Cortex (MPC) bei an Schizophrenie Erkrankten und deren Geschwistern im Vergleich zu gesunden Kontrollprobanden, konnte jedoch keine Verbindung zu schizophrenen Symptomen nachweisen. Andere Studien zeigen eine reduzierte Konnektivität, vor allem zwischen dem anterioren cingulären Cortex (ACC) und frontalen sowie präfrontalen Hirnregionen (Liemburg et al., 2012; Bastos-Leite et al., 2015). Diese konnte zusätzlich mit einer reduzierten Krankheitseinsicht in Verbindung gebracht werden (Liemburg et al., 2012).

Insgesamt muss noch genauer erforscht werden, wie die funktionelle Konnektivität im DMN mit schizophrenen Symptomen der Selbstveränderung zusammenhängt. Eine mögliche Hypothese von Scherk, Vogeley und Falkai (2003) ist, dass eine reduzierte Konnektivität auf eine reduzierte Anzahl von Interneuronen und GABA-Transmittern zurückzuführen ist. Dies führt zu einem Ausbleiben der Inhibition der Pyramidenzellen, was zu psychotischen Symptomen führen kann (z. B. Halluzinationen).

Alles in allem sind die neurologischen Aspekte der Schizophrenie und der sich daraus ergebenden Selbstveränderung noch nicht endgültig geklärt und es bleiben diesbezüglich noch viele Fragen offen.

13.3.3 Fazit

Schizophrenie geht mit vielen Veränderungen des Selbst einher. Gleichzeitig bleibt ungeklärt, inwieweit einige Defizite bereits vor Ausbruch der Erkrankung vorhanden sind und Selbstveränderungen ggf. mit begünstigen. Viele Aspekte können bei Schizophrenie Patienten als verändert erfasst werden, jedoch fehlt es an Längsschnittstudien, die die Kausalitätsfrage klären könnten. Auch auf neuronaler Ebene gibt es noch einige Unklarheiten, welche durch weitere Forschung geklärt werden müssten, um die Frage nach der Beteiligung von Konnektivität neuronaler Netzwerke an Selbstveränderungen beantworten zu können.

13.4 Allgemeines Fazit

Die Betrachtung der beiden psychischen Störungen legt eine tiefgreifende Veränderung des Selbst nahe. Diese beiden Beispiele der psychischen Störungen machen die Komplexität der Selbstentwicklung und -veränderung deutlich. Sowohl eine Erkrankung an Schizophrenie als auch an Borderline-Persönlichkeitsstörung beeinflusst stark das eigene Selbstwertgefühl und Selbstkonzept. Auch wenn die Erkrankungen sich in ihrem Entstehungszeitraum unterscheiden, scheint das Selbst und dessen Veränderung einen großen Einfluss auf die Entwicklung und den Verlauf beider Erkrankungen zu haben. Eine grundlegende Fähigkeit zur Mentalisierung scheint ein entscheidender Aspekt einer gesunden Selbstentwicklung darzustellen, welcher bei beiden Störungen defizitär ausgebildet ist. Dies führt in beiden Fällen u.a. zu Schwierigkeiten in der Differenzierung von Selbst und Nicht-Selbst. Ebenfalls wird deutlich, dass vor allem Einschränkungen in sozialen Lebensbereichen einen gravierenden Einfluss auf das Selbstkonzept haben und eine Erkrankung begünstigen. Insgesamt zeigen die beiden präsentierten Störungsbilder eine extreme Ausprägung der Veränderung oder Fehlentwicklung des Selbst, es ist jedoch denkbar, dass auch bei anderen psychischen und körperlichen Störungen Selbstveränderungen erkennbar sind (siehe Kapitel Demenz). Durch die Erforschung solcher defizitären Entwicklungsverläufe lassen sich wertvolle Informationen über wichtige Bedingungen einer gesunden Selbst-Entwicklung erfahren. Aus diesem Grund und um die Behandlung von Betroffenen zu verbessern ist eine weitere Forschung von großer Bedeutung.

13.5 Literaturverzeichnis

- Anselmetti, S., Bechi, M., Bosia, M., Quarticelli, C., Ermoli, E., Smeraldi, E. et al. (2009). "Theory" of mind impairment in schizophrenia and in parents. *Schizophr. Res.* 115, 278-285. doi: 10.1016/j.schres.2009.09.018
- Arolt, V., Reimer, C. & Dilling, H. (2007). *Basiswissen Psychiatrie und Psychotherapie*. Berlin Heidelberg: Springer.
- Ayres, A. J. (2005). *Sensory Integration and the Child: Understanding Hidden Sensory Challenges*. Los Angeles: WPS.
- Bastos-Leite, A.J., Ridgway, G. R., Silveira, C., Norton, A., Reis, S. & Friston, K.J. (2015). Disconnectivity Within the Default Mode in First-Episode Schizophrenia: A Stochastic Dynamic Causal Modeling Study With Functional Magnetic Resonance Imaging. *Schizophr. Bull.* 41(1), 144-153. doi:10.1093/schbul/sbu080
- Bender, S., Weisbrod, M. & Resch, F. (2007). Which perspectives can endophenotypes and biological markers offer in recognition of schizophrenia. *J. Neural Transm.* 114 (9), 1199-1215. doi: 10.1007/s00702-007-0742-4
- Billeke, P. & Aboitiz, F. (2013). Social cognition in schizophrenia: from social stimuli processing to social engagement. *Frontiers in Psychiatry* 4. doi:10.3389/fpsy.2013.00004
- Blanke, O. (2012). Multisensory brain mechanisms of bodily self-consciousness. *Nat. Rev. Neurosci.* 13 (8), 556-571. doi: 10.1038/nrn3292
- Bremner, A. J., Lewkowicz, D. J. & Spence, C. (2012). The multisensory approach to development. In Bremner, A.J., Lewkowicz, D.J. & Spence, C. (Hsg.), *Multisensory Development* (S. 1-29). Oxford: University Press. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199586059.003.0001
- Carmona, J. E., Holland, A. K. & Harrison, D. W. (2009). Extending the functional cerebral systems theory of emotion to the vestibular modality: a systematic and integrative approach. *Psychol. Bull.* 135 (2), 286-302. doi:10.1037/a0014825
- Cheyne, J. A. & Girard, T. A. (2009). The body unbound: vestibular-motor hallucinations and out-of-body experience. *Cortex* 45 (2), 201-215. doi: 10.1016/j.cortex.2007.05.002
- Cicero, D. C., Martin, E. A., Becker, T. M. & Kerns, J. G. (2016). Decreased Self-Concept Clarity in People with Schizophrenia. *J. Nerv. Ment. Dis.* 204 (2), 142-147. doi: 10.1097/NMD.0000000000000442
- Collett, N., Pugh, K., Waite, F. & Freeman, D. (2016) Negative cognitions about the self in patients with persecutory delusions: an empirical study of self-compassion, self-stigma, schematic beliefs, self-esteem, fear of madness, and suicidal ideation. *Psychiatry Res.* 239, 79-84. doi: 10.1016/j.psychres.2016.02.043
- Corrigan, P. A., Watson, A. C. & Barr, L. (2006). The self-stigma of mental illness: implications for self-esteem and self-efficacy. *J. Soc. Clin. Comp.* 25(8), 875-884. doi: 10.1521/jscp.2006.25.8.875
- Dilling, H., Mombour, W., Schmidt, M. H. (2015). *ICD-10 Internationale Klassifikation psychischer Störungen ICD-10 Kapitel V (F) – Klinisch-diagnostische Leitlinien*. Göttingen: Hogrefe.
- Doll, A., Sorg, C., Manoliu, A., Wöller, A., Meng, C., Förstl, H., Zimmer, C., Wohlschläger, A. M. & Riedl, V. (2013). Shifted intrinsic connectivity of central

- executive and salience network in borderline personality disorder. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, 1-13. doi: 10.3389/fnhum.2013.00727
- Eack, S. M., Mermon, D. E., Montrose, D. M., Miewald, J., Gur, R., Gur, R. C., et al. (2010). Social cognition deficits among individuals at familial high risk for schizophrenia. *Schizophr. Bull.* 36 (6), 1081-1088. doi: 10.1093/schbul/sbp026
- Falkai, P. & Wittchen, H.-U. (2015). Diagnostische Kriterien DSM-5. Göttingen: Hogrefe.
- Feinberg, T.E. (2009). *From Axon to Identity: Neurological exploration of the nature of the self*. New York: W W Norton & Co.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2004). *Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Frith, C.D. (1987). The positive and negative symptoms of schizophrenia reflect impairments in perception and initiation of action. *Psychol. Med.* 17 (3), 631-648.
- Frith, C.D. (1996). Neuropsychology of schizophrenia, what are the implications of intellectual and experiential abnormalities for the neurobiology of schizophrenia? *Br. Med. Bull.* 52 (3), 618-626.
- Frith, C.D. (2004). Schizophrenia and theory of mind. *Psychol. Med.* 34 (3), 385-389. doi: 10.1017/S0033291703001326
- Ghazanfar, A. A. (2012). The evolution of multisensory vocal communication in primates and the influence of development timing. In Bremner, A. J., Lewkowicz, D. J. & Spence, C. (Hsg.), *Multisensory Development* (S. 360-371). Oxford: University Press. doi:10.1093/acprof:oso/9780199586059.003.0016
- Gibson, C. M., Penn, D. L., Prinstein, M. J., Perkins, D. O. & Belger, A. (2010). Social skill and social cognition in adolescents and genetic risk of psychosis. *Schizophr. Res.* 122, 179-184. doi: 10.1016/j.schres.2010.04.018
- Green, M. F. & Leitman, D. I. (2008). Social cognition in schizophrenia. *Schizophr. Bull.* 34, 670-672. doi: 10.1093/schbul/sbn045
- Halweg, K. & Dose, M. (1998). *Schizophrenie*. Göttingen: Hogrefe.
- Herpertz, S. & Wenning, B. (2002). Emotional instabile Persönlichkeitsstörung. In: Herpertz S., Saß H. (Hrsg) *Persönlichkeitsstörungen*. Stuttgart: Thieme.
- Kernberg, O. F. (1978). *Borderline-Störungen und pathologischer Narzißmus*. Übersetzt von Hermann Schultz. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Kim, H. S., Shin, N. Y., Jang, J. H., Kim, E., Shim, G., Park, H. Y., et al. (2011). Social cognition and neurocognition as predictors of conversion to psychosis in individuals at ultra-high risk. *Schizophr. Res.* 130, 170-175. doi: 10.1016/j.schres.2011.04.023
- Kluetsch, R. C., Schmahl, C., Niedtfeld, I., Densmore, M., Calhoun, V. D., Daniels, J., et al. (2012). Alterations in default mode network connectivity during pain processing in borderline personality disorder. *JAMA Psychiatry*, 69(10), 993-1002.
- Koenigsberg, H.W., Harvey, P.D., Mitropoulou, V., Schmeidler, J., New, A.S., Goodman, M., et al. (2002). *Am J Psychiatry*, 159(5), 784-8.
- Krause-Utz, A., Elzinga B. M., Oei, N. Y. L., Paret, C., Niedtfeld, I., Spinhoven, P., et al. (2014). Amygdala and dorsal anterior cingulate connectivity during an emotional working memory task in borderline personality disorder patients with interpersonal trauma history. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 1-18. doi: 10.3389/fnhum.2014.00848

- Liemburg, E.J., van der Meer, L., Swart, M., Curcic-Blake, B., Bruggeman, R., Knegtering, H., et al. (2012). Reduced Connectivity in the Self-Processing Network of Schizophrenia Patients with Poor Insight. *PLoS ONE* 7(8): e42707. doi:10.1371/journal.pone.0042707
- Lofgren, D. P., Bemporad, J., King, J., Lindem, K. & O'Driscoll, G. (1991). A prospective follow-up study of so-called borderline children. *Am J Psychiatry*, 148:1541-7.
- Lopez, C., Halje, P. & Blanke, O. (2008). Body ownership and embodiment: vestibular and multisensory mechanisms. *Neurophysiol. Clin.* 38 (3), 149-161. doi: 10.1016/j.neucli.2007.12.006
- Marwick, K. & Hall, J. (2008). Social cognition in schizophrenia: a review of face processing. *Br. Med. Bull.* 88, 43-58. doi: 10.1093/bmb/ldn035
- Moe, A. M. & Docherty, N. M. (2013). Schizophrenia and the Sense of Self. *Schizophrenia Bulletin* 40 (1), 161-168. doi: 10.1093/schbul/sbt121
- Peeters, S. C. T., van de Ven, V., Gronenschild, E. H. B., Patel, A. X., Habets, P., Goebel, R., et al. (2015). Default Mode Network Connectivity as a Function of Familial and Environmental Risk for Psychotic Disorder. *PLoS ONE* 10(3): e0120030. doi: 10.1771/journal.pone.0120030
- Postmes, L., Sno, H. N., Goedhart, S., van der Stel, J., Heering, H. D. & de Haan, L. (2014). Schizophrenie as a self-disorder due to perceptual incoherence. *Schizophrenia Research*, 152, 41-50. doi: 10.1016/j.schres.2013.07-027
- Reich, D. B. & Zanarini, M. C. (2001). Developmental Aspects of Borderline Personality Disorder. *Harvard Rev Psychiatry*, 9, 294-301.
- Remschmidt, H. & Theisen F. (2011). *Schizophrenie*. Heidelberg: Springer.
- Roux, P., Christophe, A. & Passerieux, C. (2010). The emotional paradox: dissociation between explicit and implicit processing of emotion prosody in schizophrenia. *Neuropsychologia* 48 (12), 3642-3629. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2010.08.021
- Sachs, G., Steger-Wuchse, D., Kryspin-Exner, I., Gur, R. C. & Katschnig H. (2004). Facial recognition deficits and cognition in schizophrenia. *Schizophr. Res.* 68 (1), 27-35. doi:10.1016/S0920-9964(03)00131-2
- Sachs, G. & Felsberger, H. (2013). Mentalisierungsbasierte Psychotherapie bei schizophrenen Psychosen. *Psychotherapeut* 58, 339-343. doi:10.1007/s00278-013-0992-6
- Sass, L. A. & Parnas, J. (2003). Schizophrenia, Consciousness, and the Self. *Schizophr. Bull* 29, 427-444. doi: 10.1093/oxfordjournals.schbul.a007017
- Scherk, H., Vogeley, K. & Falkai, P. (2003). Die Bedeutung von Interneuronen bei affektiven und schizophrenen Erkrankungen. *Fortschr. Neurol. Psychiat.* 71, 27-32.
- Schiffman, J., Walker, E., Ekstorm, M., Schulsinger, F., Sorensen, H. & Mednick, S. (2004). Childhood videotaped social and neuromotor precursors of schizophrenia: a prospective investigation. *Am.J. Psychiatry* 161 (11), 2021-2027. doi: 10.1176/appi.ajp.161.11.2021
- Schilder, P. (1993). The vestibular apparatus in neurosis and psychosis. *Journal of Nervous and Mental Disease* 78 (2), 137-164.

- Segalovich, J., Doron, A., Behrbalk, P., Kurs, R. & Romem, P. (2013). Internalization of stigma and self-esteem as it affects the capacity for intimacy among patients with schizophrenia. *Arch Psychiatr Nurs.* 27(5), 231–234. doi: 10.1016/j.apnu.2013.05.002
- Sendera, A. & Sendera M. (2016). *Skills-Training bei Borderline- und Posttraumatischer Belastungsstörung*. Berlin Heidelberg: Springer Verlag.
- Streeck-Fischer, A. (2008). Die Borderline-Persönlichkeit(entwicklung)sstörung im Jugendalter. Diagnostik, Behandlungsvoraussetzungen, Gestaltung des Rahmens, Phasen der Behandlung. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 57(8-9), 693-717.
- Tsakiris, M. (2010). My body in the brain: a neurocognitive model of body-ownership. *Neuropsychologia* 48(3), 703-712. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2009.09.034
- Turetsky, B. I., Kohler, C. G., Indersmitten, T., Bhati, M. T., Charbonnier, D. & Gur, R. C. (2007). Facial emotion recognition in schizophrenia: when and why does it go away?. *Schizophr. Res.* 94, 253-263. doi:10.1016/j.schres.2007.05.001
- Uhlhaas, P. J., Haenschel, C., Nikolic, D. & Singer, W. (2008). The role of oscillations and synchrony in cortical networks and their putative relevance for the pathophysiology of schizophrenia. *Schizophr. Bull.* 34 (5), 927-943. doi: 10.1093/schbul/sbn062
- Vidović, D., Brečić, P., Vilibić, M. & Jukić, V. (2016) Insight and self-stigma in patients with schizophrenia. *Acta Clin Croat.* 55(1), 23–28. doi:10.20471/acc.2016.55.01.4
- Vrabova, K., Prasko, J., Holubova, M., Kamaradova, D., Ociskova, M., Marackova, M., et al. (2016). Self-stigma and schizophrenia: a cross-sectional study. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 3011-3020. doi:10.2147/NDT.S120298
- Werner, P., Aviv, A. & Barak, Y. (2008). Self-stigma, self-esteem, and age in persons with schizophrenia. *Int. Psychogeriatr.* 20 (1), 174-187. doi:10.1017/S1041610207005340
- White, C. N., Gunderson, J. G., Zanarini, M. C. & Hudson, J. (2003). Family Studies of Borderline Personality Disorder: A Review. *Harv Rev Psychiatry*, 11, 8-19.
- Yanos, P. T., Roe, D., Markus, K. & Lysaker, P. H. (2008). Pathways between internalized stigma and outcomes related to recovery in schizophrenia spectrum disorders. *Psychiatr Serv.* 59(12), 1437-1442. doi: 10.1176/ps.2008.59.12.1437

14. Das Selbst, das es nicht gibt?!

EVA MEINICKE UND GEORG SCHAMBER

14.1 Einführung

Welchen Grund gibt es anzunehmen, dass es das „Selbst“ nicht gibt? Thomas Metzinger, ein zeitgenössischer Philosoph, tut es, wenn er in seinem Hauptwerk „Being No One“ behauptet, dass die Vorstellung von „uns selbst“ bloß eine Erfindung des Gehirns sei. Renommierter Neurowissenschaftler tun es ihm gleich, wenn sie die Natur des Selbst als illusionär, fiktiv oder virtuell bezeichnen. Und auch Psychologen tun es – in einer abgeschwächten Form –, wenn sie das Selbst in ihren wissenschaftlichen Arbeiten grundsätzlich als flüchtiges und kontextabhängiges „Konzept“ oder „Konstrukt“ vorstellen. Diese moderne natur- und geisteswissenschaftliche Sicht auf das Selbst mutet zunächst wie eine übermütige Provokation an, widerspricht sie doch stark den alltagspsychologischen Gewissheiten. Aus alltäglicher Perspektive scheint es doch offensichtlich, dass Menschen sich unter normalen Umständen als dieselben erleben – dass Menschen „Selbste“ haben. So moniert auch der Philosoph Michael Pauen die naturalistische Selbstkonzeption, indem er anführt, dass die Vorstellungen des Menschen von sich selbst doch „nicht einfach schöne Erfindungen sind, sondern das härteste Experiment über sich ergehen lassen mussten, das man sich denken kann: unser alltägliches Handeln“ (Pauen, 2007, S. 16). Während Psychologen unter dem Selbst die beschreibbare Geschlossenheit im Erleben, Denken und Handeln verstanden wissen möchten, liegt unserem Wissen nach keine empirische Untersuchung darüber vor, was Menschen im Alltag unter einem „Selbst“ verstehen. Intuitive Theorien – wie jene vom überdauernden Selbst – müssen auch nicht wissenschaftlich korrekt sein, um nützlich zu sein (Hood, 2008). Wie lässt sich aber diese Unvereinbarkeit zwischen dem Alltagsrealismus und der wissenschaftlichen wie auch philosophischen Auffassung vom Selbst erklären? (Es sei an dieser Stelle der Hinweis gegeben, dass sich im weiteren Verlauf zeigen wird, dass die Existenz eines Selbsterlebens nicht bedeuten muss, dass es auch ein Selbst gibt). Varela und Kollegen haben bereits im Jahr 1991 auf den Umstand hingewiesen, dass viele nichtwestliche und alle westlichen Traditionen diesem Widerspruch begegnen, indem sie sich einfach abwenden und nicht zur Kenntnis nehmen wollen. In diesem Beitrag vertreten wir die Position,

dass sich die Frage nach der Natur des Selbst nicht länger als ein Problem von bloß akademischem Interesse abtun lässt. Die Frage danach, wer oder was man ist (oder wie viele), spielt sich nicht länger auf einem kleinen Feld der Selbstfindung und Selbstoptimierung ab, sondern wird für den Einzelnen auf der existenziellen Ebene von zunehmender Dringlichkeit. Angesichts gegenwärtiger gesellschaftlicher Bedingungen stellt das Bilden und Bewahren eines subjektiv stimmigen, stabilen Selbst eine alltägliche Herausforderung dar: Für den postmodernen Menschen gilt es sich anzupassen, variabel zu bleiben, sich unter dem Druck auferlegter Flexibilität und beruflicher Diskontinuität immer wieder umzugestalten und entsprechend variierende Rollen zu spielen. Kurzum, das Selbst ist das „Projekt“ geworden, um das es geht. So betont der Sozialpsychologe Kenneth J. Gergen (1993), dass ein Selbst im bisherigen Sinne nur schwer aufrecht zu erhalten ist, denn an die Stelle des autonomen Selbst tritt ein zunehmend „zerrissenes, multiples Selbst“ (S. 65):

„In einer sozial gesättigten Welt erscheint die beständige Identität eng, rigide und unanpassungsfähig. Eine Welt ständig wechselnder Beziehung erfordert Menschen, die etwas von allem sind, mit Möglichkeiten für vielfältige Perspektiven, Werte, Ziele, Kapazitäten und Sehnsüchte“ (S. 68).

Den gegenwärtigen Anforderungen, die eigene Einheit zu bewahren und gleichzeitig in einer Leistungsgesellschaft „über sich hinaus zu wachsen“, wird sich aus Mangel an Alternativen und unter enormer Anstrengung gestellt. Um den Problemen der Gegenwart begegnen zu können, gilt es daher, Schnittstellen zu schaffen zwischen der Wissenschaft vom Selbst und Möglichkeiten der lebensstauglichen Umsetzung ihrer Erkenntnisse. Es stellt sich daher die Frage, ob sich aus der Selbstkonzeptforschung überhaupt praktische Implikationen für die Lebensführung ableiten lassen. Wie wir in diesem Beitrag zu zeigen versuchen, lohnt es in diesem Zusammenhang den Dialog mit der buddhistischen „Wissenschaft des Geistes“ zu suchen, einem Erkenntnisssystem, das bereits vor über 2500 Jahren von der illusionären Natur des Selbst ausgegangen war und gleichzeitig eine „Praxis des Selbst“ ausgearbeitet hat. Dieser Rückgriff auf frühbuddhistische Schriften mag zunächst erstaunen, denn gerade der Erstleser mag in den altöstlichen Lehren ein ausschließlich religiös-philosophisches Denksystem vermuten. Weit gefehlt. Die grundsätzliche Kompatibilität der buddhistischen Lehren mit dem westlichen wissenschaftlichen Denken ist bereits an verschiedenen Stellen nachgewiesen worden (Hayward, 1990; Varela, Thompson und Rosch, 1992). Wie eine aktuelle Analyse der Psychologen Peter Sedlmeier und Kunchapudi Srinivas (2016) ergab, offenbart sich bei genauer Betrachtung der altöstlichen Schriften eine Fülle von empirisch abgeleiteten Entwürfen und Konzepten, die sich im Allgemeinen der Kognitionspsy-

chologie zuordnen lassen. Gerade weil das buddhistische Theoriesystem westlichen Psychologen bisher weitgehend fremd ist, postulieren die Autoren bedeutsame Anregungen für die westlich-psychologische Forschung. Umgekehrt stellt die moderne Wissenschaft Konzepte und Methoden bereit, die es zu Zeiten des historischen Buddhas nicht gab, sodass Menschen, welche den buddhistischen Lehren folgen, ihre unhinterfragten Annahmen in der Auseinandersetzung mit modernen Erkenntnissen beleuchten können (Vogd, 2016, S.383).

Gerade weil der Begriff der Identität in Zweifel gerät und es als umstritten gilt, ob in einer postmodernen Gesellschaft die Bildung eines konsistenten Selbst überhaupt möglich sei, soll der vorliegende Beitrag dazu anregen, eine Phase der Hinwendung zu einer praktischen Nutzbarmachung des wissenschaftlich-philosophischen Selbstverständnisses zu beginnen.

Es sei uns an dieser Stelle erlaubt, den Dialog zwischen der buddhistischen Lehre und dem westlichen Denken, der bereits an verschiedener Stelle begonnen worden ist, aufzugreifen und im Rahmen der Forschung zum Selbst weiterzuführen. Unsere zentrale Annahme dabei ist, dass das Wissen über die illusionäre Natur des Selbst praktisch zugänglich und nutzbar gemacht werden kann. Eine Besonderheit dieses Beitrags liegt somit in dem Ziel, ausgewählte moderne westliche Erkenntnisse über die Natur des Selbst zum Anlass zu nehmen, um in eine praktische Dimension vorzustoßen, welche die frühbuddhistische Praxis vom anattā („Nicht-Selbst“) mit einbezieht. Vor diesem Hintergrund diskutieren wir, welche Implikationen für einen praxistauglichen Umgang mit dem Selbst abgeleitet werden können: Wir legen dar, wie die frühbuddhistische Lehre vom anattā im Rahmen moderner westlicher Konzepte des Selbst beschrieben und wie das Wissen um die prozesshafte Natur des Selbst in Form von Selbstbeobachtungstechniken genutzt werden kann, um das eigene Selbst zu beeinflussen.

14.2 Das Selbst als Illusion in Ost und West

Wenn wir kein Selbst haben, wie kommt es, dass wir uns so benehmen, als besäßen wir eins? Um diese Frage eindeutig beantworten können, fehlt genau genommen bislang eine vereinheitlichte, allgemein akzeptierte und in sich schlüssige Theorie des Selbst. Den aktuellen Stand der Diskussion über die rätselhafte Natur des Selbst fasst der dänische Philosoph Dan Zahavi wie folgt zusammen:

„The problem between advocates of self and no-self accounts is complicated by the fact that there is rather little consensus about what precisely a self amounts to, just as there is little agreement on what a no-self doctrine entails“ (Zahavi, 2011, S. 64).

Das schafft gleichzeitig „die Gefahr, das Selbst als ein real existierendes Gebilde aufzufassen, statt sich dessen bewusst zu sein, dass es sich dabei um ein rein theoretisches Konstrukt zum besseren Verständnis des psychischen Geschehens und der intrapsychischen Prozesse handelt“ (Klöpfer, 2015). Der bevorstehende Abschnitt soll in erster Linie ein Vorstellungsmodell ausgewählter westlicher Ansätze und der frühbuddhistischen Lehre des „Nicht-Selbst“ darstellen, das für ein Verständnis der „Selbst als Illusion“-Position wesentlich ist. Ziel ist es, zentrale Gemeinsamkeiten und Unterschiede gleichsam sichtbar zu machen und gebündelt diskutieren zu können, ohne den Anspruch zu erheben, damit das jeweilige Theorieverständnis gebührend abzubilden. (Die Quelle für unsere theoretische Auseinandersetzung mit der Lehre vom anattā basiert auf dem Pāli-Kanon des Theravāda-Buddhismus. Bei der Auswahl der Übersetzungen und Interpretationen greifen wir auf die Arbeiten des zeitgenössischen britischen Gelehrten des Buddhismus Peter Harvey sowie auf die Arbeiten des deutschen Soziologen Werner Vogd zurück.)

14.2.1 Die frühbuddhistische Lehre vom anattā

Die frühbuddhistische Lehre vom anattā („Nicht-Selbst“), thematisiert die Natur des Geistes und steht im Zentrum der Theravada-Tradition des Buddhismus (Schumann, 1994). Dabei handelt es sich um ein Denksystem, das die Unpersönlichkeit aller Phänomene in den Vordergrund rückt. Aus buddhistischer Sicht unterliegen grundsätzlich alle weltlichen Phänomene der Unbeständigkeit und dem Prinzip der „bedingten Entstehung“. Das bedeutet, all das, was erlebt wird und erlebt werden kann (und somit auch das Selbst), wird als etwas kausal-prozesshaft entstandenes, flüchtiges und grundsätzlich Vergängliches verstanden. Das Selbst sei „konstruiert“ (Pali: sankhata), d. h. das, was wir das Selbst nennen, beruhe auf dem Zusammenspiel fortdauernder psychophysiologischer Prozesse, die in fünf Gruppen aufgeteilt werden können und als „Aggregate des Geistes“ (Pali: khandas) bezeichnet werden. Diese fünf Aggregate sind Körperlichkeit, Gefühl, Wahrnehmung, geistige Kräfte und Bewusstsein. Gerade weil sich jedes dieser „fünf Aggregate des Geistes“ unaufhörlich im Wandel befindet, lasse sich das empirische Wesen des Selbst auf keine substanzielle Entität zurückführen, sondern erscheine vielmehr „im Daseinsstrom als momentanes Aufblitzen von Bewusstseinsmomenten“ (Vogd, 2014, S. 135). Das Selbst wird somit als Produkt eines dynamischen und relationalen Prozesses aufgefasst:

„Und wenn wir sehen, wie die scheinbar einfachsten Bewusstseinsvorgänge sich als ein höchst kompliziertes Zusammenwirken unzähliger Elemente,

Kräfte und Gegenkräfte erweisen, die nicht als der Ausdruck einer Ich-Entität oder eines unveränderlichen Ich-Substrates betrachtet werden können, sondern im Gegenteil die Ich-Idee als das Produkt gewisser Funktionen enthüllen, dann wurde hiermit ein weiteres Fundament des Buddhismus freigelegt: die Anattā-Idee“ (Govinda, 1992, S. 185).

Das Selbst sei demnach eine konventionelle Bezeichnung für einen Identifikationsprozess mit der zeitweiligen Verbindung der psycho-physiologischen Prozesse: „Self is dependent on a sense of I am, and this can only arise by clinging to the conditioned factors of personality [khandā], which are not-self“ (Harvey, 1995, S. 33). An dieser Stelle ist es wichtig, auf ein häufiges Missverständnis in der westlichen Rezeption der Anattā-Lehre hinzuweisen: Unter der westlichen Sichtweise entsteht häufig der Eindruck, die Erfahrung von Selbst und Individualität würde grundsätzlich abgelehnt werden. In Abrede gestellt wird jedoch allein der Glaube an ein beständiges, substantielles Selbst. Ein empirisches Selbst bzw. Selbst-Erleben wird keineswegs geleugnet (Harvey, 1995, S. 7). Allerdings taucht in der frühbuddhistischen Lehre ein klassisches Problem paradoxer Natur auf – die Anwendung einer Aussage auf sich selbst: Wenn alles in der Welt veränderlich sein soll, dann muss zumindest diese Tatsache selbst unveränderlich sein, d. h. die Aussage über eben diese Vergänglichkeit darf nicht vergänglich sein, sonst könnte dieses Prinzip keine universelle Geltung beanspruchen und es wäre wieder alles in Frage gestellt. Diese Überlegung weiterführend bleibt die Frage ungeklärt, wie in einem Daseinsstrom andauernder Veränderungen auf personaler Ebene doch ein (wenn auch illusionäres) stabiles Selbst(-erleben) hervortreten kann.

Von diesen angedeuteten Einwänden abgesehen, liefert die Anattā-Lehre eine scheinbar einfache Lösung für das „Problem der Seele“: Geht man davon aus, dass unser Gehirn eine äußere Wirklichkeit über seine Sinnesorgane wahrnimmt und innerlich abbildet, dann wird ein zusätzlicher erlebnisfähiger innerer Beobachter gebraucht, der diese wahrnimmt (wie beispielsweise ein inneres Seelenwesen, sodass an dieser Stelle die historisch-theologische Vermengung des Selbst mit der Idee der Seele beginnt). Doch um hier mit Ludwig Wittgenstein zu sprechen: „Die Annahme einer unabhängigen Seele leistet gar nicht das, was man mit ihr erreichen wollte“ (Wittgenstein, 1990, 6.4312). Denn sobald wir uns auf eine solche Denkfigur einlassen, kommen wir unweigerlich in einen unendlichen Regress, in der Seele wieder ein Abbild der Wirklichkeit und einen Beobachter zu postulieren. Buddha umging das Problem, indem er eine innere Beobachtersubstanz von Anfang an negiert hat. Eine frühe Form dieses „Seelenproblems“ findet sich auch bei Aristoteles, der die Frage allerdings nicht weiterverfolgt hat. (Stattdessen widmete er sich der Frage, wie das Sinnesorgan mit dem wahrgenommenen Objekt in Kontakt treten kann). Die eigentliche

Beschäftigung mit der Frage nach dem Subjekt der Wahrnehmung setzt in der abendländisch geprägten Philosophie erst wieder mit dem schottischen Philosophen und Begründer des Empirismus David Hume (1711-1776) ein.

14.2.2 David Hume und die Bündeltheorie des Selbst

In seinem Werk „Treatise of Human Nature“ stellt Hume die Existenz eines beständigen Selbst ebenfalls in Frage, mit Gründen die der Anattā-Lehre vom Ich-losen Bewusstsein erstaunlich nahe stehen. Der Mensch sei Hume zufolge ein Bündel verschiedener Wahrnehmungen („bundle of perceptions“), wobei diese Wahrnehmungen immer als „eigene“ Wahrnehmungen erlebt werden – der Mensch „ist“ letztlich seine Wahrnehmungen:

„I can never catch myself at any time without a perception, and never can observe anything but the perception“ (Hume, 1978, S. 252).

Hume betont, dass neben diesen rasch aufeinander folgenden Wahrnehmungen kein separater Beobachter bzw. kein identisches Selbst existiert. Gleich der buddhistischen Idee der Substanzlosigkeit aller Phänomene, scheint auch für Hume offenkundig, dass so, wie wir die dauernde Existenz der Gegenstände „erdichten“, wir uns auch „zu dem Begriff einer Seele, eines Ich, einer [geistigen] Substanz verführen lassen, um die Veränderungen [in uns] zu verdecken“ (Hume, 1989, S. 329). Wenn die Identität des Geistes allerdings „eine Fiktion von etwas Unveränderlichem[...]“ (S. 329) sein soll, wie erklärt Hume dann unser subjektiv stabiles Selbsterleben? Hume nimmt an, dass der Wandel der verschiedenen Vorstellungen unmerklich schnell vor sich geht und wir irrtümlich dazu neigen, diesem steten Wechsel eine Identität zuzuschreiben:

„Thus we feign the continu'd existence of the perceptions of our senses, to remove the interruption; and run into the notion of a soul, and self, and substance, to disguise the variation.“ (Hume, 1978, S. 254).

Da es aber keine wahrnehmbare Verbindung zwischen den verschiedenen Vorstellungen gibt, bleibt bei Hume die Frage bis zum Schluss unbeantwortet, warum alle Wahrnehmungen nicht einfach und einzeln für sich existieren, sondern gleichzeitig immer als „meine“ Wahrnehmungen erscheinen und somit immer „auf mich als ein erlebendes Selbst“ hin bezogen sind. So resümiert Hume:

„I cannot explain the principles that unite our successive perceptions in our thought or consciousness“ (S. 636).

(Demgegenüber stellt sich Buddha die Frage nach dem Verknüpfungsmechanismus gar nicht. Mit Blick auf den Kern der buddhistisch-soteriologischen Strategie würde er vielmehr hinzufügen, dass die Wahrnehmung das ohnehin illusionäre Selbst-Etikett gar nicht bedarf.)

14.2.3 Thomas Metzinger und die Theorie der Selbstmodelle

Eine mögliche Antwort auf die Frage, wie die Wahrnehmungen und Vorstellungen ohne einen inneren Beobachter verbunden werden, präsentiert der zeitgenössische Philosoph Thomas Metzinger. Auf Grund seiner Analyse neurowissenschaftlicher Befunde bei Phantomgliedern liefert er eine Theorie über die Mechanismen, durch die Menschen sich als ein einheitliches Selbst erleben. Das Selbst im Sinne einer überdauernden Entität, wie Metzinger in Übereinstimmung mit Hume und der Lehre vom anattā meint, gibt es nicht. Was es jedoch gebe, sei „eine sehr spezielle Art von repräsentationalem Inhalt in einer sehr speziellen Art von informationsverarbeitendem System“ (Metzinger, 2006, S. 427). Die Vorstellung von uns selbst entstehe laut Metzinger genau dann, „wenn [ein informationsverarbeitendes System] über ein transparentes Selbstmodell verfügt“ (S. 423). Das bedeutet, ein Selbst sei „ein integriertes und über die Zeit hinweg stabiles inneres Bild, das ein System von sich selbst als einem Ganzen besitzen kann“ (S. 423). In Nähe zu Hume's These, das Selbst sei ein „Bündel an Wahrnehmungen“, löst sich auch bei Metzinger das Selbst im Wahrnehmungsinhalt restlos auf, wenn er konstatiert: „Ich bin der Inhalt meines phänomenalen Selbstmodells“ (S. 428). Und das stabile Selbsterleben? Dieses sei dabei nichts als „eine Funktion, die durch einen funktional blockierten Zugriff, durch einen Mangel an Informationen [über sich selbst als Inhalt eines Selbstmodells] realisiert“ sei und deshalb erst „erleben wir die Inhalte unseres Selbstbewusstseins nicht als die Inhalte eines in uns ablaufenden repräsentationalen Vorgangs, sondern einfach als uns selbst, hier und jetzt in der Welt anwesend“ (S. 430). Metzinger zufolge sei uns also nicht bewusst, dass unser erlebtes Selbst eine Konstruktion des Gehirns sei: Menschen seien Wesen, „die ihr eigenes inneres Modell von sich selbst nicht mehr als ein Modell erkennen können und die deshalb naive Realisten auch bezüglich ihrer eigenen Existenz sind“ (S. 423). Aus der prozesshaften Natur des Selbst schlussfolgert Metzinger, dass unsere Identität substanzlos, und damit nichts als eine Illusion sei. Hat Metzinger also recht mit seiner Aussage, dass „wir niemand sind“? Nicht notwendigerweise. Genau genommen ist Metzinger's Schluss irreführend: Einerseits ist es zweifelhaft anzunehmen, dass sich theoretisch ein „materielles“ Substrat des Selbst finden lassen müsse oder anders ausgedrückt: Es ist fraglich

einen informationsgeleiteten Prozess und damit ein substanzloses Phänomen verdinglichen zu wollen. (Wie insbesondere Gregory Bateson gezeigt hat, stellen Informationen nichts materiell Fassbares dar, sondern entfalten ihre Wirkung im Generieren von Unterschieden innerhalb der relationalen Prozessdynamik eines Systems). Auch Buddha und Hume verwerfen klar die Annahme, dass sich im Gehirn eine innere beobachtende Essenz finden lasse, die die Abbilder der Wirklichkeit betrachtet. Vor dem Hintergrund moderner neurowissenschaftlicher Erkenntnisse spricht auch auf empirischer Ebene alles dafür, dass das Selbst keinen Sitz im Gehirn hat (z. B. mit Hinweis auf die polyzentrische Vernetzung neuronaler Prozesse). Andererseits kann der permanente Prozess, in dem ein phänomenales Selbsterleben konstruiert wird, schlichtweg nicht negiert werden. So lässt auch Metzinger an anderer Stelle das Selbst im empirischen Sinne gelten, wenn er schreibt: „Ja, das Selbst ist kein Ding, sondern es ist ein Vorgang“ (Klein, 2011). Wenn sich Metzinger also gegen ein substanzial verstandenes, überdauerndes Selbst wendet, bedeutet es genau genommen nicht, dass die Existenz eines subjektiv erlebbaren Selbst-Erlebens abgestritten wird. Man könnte meinen, dass spätestens seit Hume niemand mehr in der westlichen, empirisch ausgerichteten Forschung behauptet, dass es ein substanzielles Selbst gebe. (Überhaupt ist auch fraglich, inwieweit Menschen im Alltag ihr erlebtes „Selbst“ als substanzial auffassen?) In diesem Zusammenhang kritisiert Dan Zahavi (2011) scharf, Philosophen wie Metzinger würden zunächst einen substanzial-unabhängig verstandenen Selbstbegriff postulieren, nur um diesen dann ablehnen zu können – dieser Selbstbegriff sei jedoch längst verabschiedet:

„In that Book [Being No One] Metzinger took the self to be a process-independent ontological substance that might exist all by itself, that is, in isolation from the rest of the world, and since he denied the existence of such an entity he concluded that no such things as selves exist. [...] But such a view of the self has by and large been abandoned [...]“ (S. 322).

Während Metzinger ein wie auch immer geartetes „Selbst“ theoretisch zu eliminieren beabsichtigt, plädiert die frühbuddhistische Lehre dafür eine lebensstaugliche Praxis abzuleiten:

„One uses 'not-Self', as a reason to let go of things, not to 'prove' that there is no Self. There is no need to give some philosophical denial of 'Self'; the idea simply withers away, or evaporates in the light of knowledge, when it is seen that the concept does not apply to anything at all, or, as the Suttas put it, when it is seen that everything is 'empty' of Self. A philosophical denial is just a view, a theory, which may be agreed with or not“ (Harvey, 1995, S. 45).

Metzinger selbst (2005) kommt nicht umhin dem Leser einen kleinen praktischen Rat mitzugeben, wenn er schreibt, dass „das System, das von ihm selbst aktivierte Selbstmodell auf der Ebene des bewussten Erlebens nicht als Modell erkennt. [...] Hüten Sie sich deshalb vor allem auch auf theoretischer Ebene immer davor, sich mit ihrem eignen Bild zu verwechseln“ (S. 265). Gerade diese Blindheit gegenüber den geistigen Prozessen, das heißt darüber, wie sich die Lebewesen mittels ihrer kognitiven Prozesse selbst konditionieren, ist zentral für das buddhistische Verständnis der Entstehung aller körperlichen und geistigen Erscheinungen (Vogd, 2014, S. 134). Während Metzinger also die Wittgenstein'sche Frage, wie wir denn gut mit unserer eigenen Blindheit umgehen können, nicht weiter verfolgt, geht die frühbuddhistische Lehre einen Schritt weiter, indem sie Metzinger's Aussage hinzufügen würde, dass dieses „Sich-mit-seinem-eigenen-inneren-Bild-von-sich-selbst-verwechseln“ nicht nur auf theoretischer Ebene nachteilig sei: Der Glaube an ein einheitliches Selbst und die damit einhergehende Identifikation mit inneren und äußeren Erscheinungen stelle gerade die Wurzel menschlichen Leidens dar. Der Weg aus den leidvollen Verflechtungen, den Buddha bekanntlich gewiesen hat, soll im anschließenden Abschnitt vorgestellt und diskutiert werden.

14.2.4 Fazit

Was bedeuten nun die theoretischen Ausführungen über die Natur des Selbst für unsere Zielstellung? Zunächst wird deutlich, dass die Existenz eines substanziellen Selbst übereinstimmend als eine Illusion aufgefasst wird. Gleichzeitig wird das Selbst im empirischen Sinne bzw. im Sinne eines subjektiven Selbsterlebens weder in der frühbuddhistischen noch in der westlichen Denktradition abgestritten. Kurz gesagt, das Erleben eines Selbst ist offensichtlich real, während die Realität des Selbst sehr zweifelhaft ist. Während alle drei Ansätze das Selbst daher als komplexes, kognitiv-prozesshaftes Produkt begreifen, liefert Metzinger mit seiner Theorie der Selbstmodelle zusätzlich eine plausible Erklärung dafür, wie ein stabiles Selbsterleben zustande kommen könnte. Andere theoretische Spitzfindigkeiten sind an dieser Stelle für unsere Zielstellung weniger von Belang. Zentral für unsere Zielstellung ist, dass es sich bei der buddhistischen Lehre nicht um eine rein philosophische und damit praktisch folgenlose Betrachtung handelt. Gegenüber den beiden westlichen Ansätzen vertritt Buddha die Position, dass philosophische Reflexion in die richtige Lebensgestaltung münden muss, sodass die Lehre vom anattā als „eine Erkenntnispraxis zu verstehen ist, also als eine spezifische Form, Erkennen und Handeln in Beziehung zu setzen“ (Vogd, 2016, S. 381). Mit der Einsicht in das „Nicht-Selbst“, in die unbeständige Natur des Selbst, soll nämlich nicht nur das

Leiden in der Welt verstanden werden können, sondern gleichsam ein Weg der Befreiung zur Verfügung gestellt werden.

14.3 Praxis des „anattā“: Einführung und Übersetzung in westliche Konzepte

Menschliches Leiden entstehe – nach buddhistischer Sicht – aus der habituellen Neigung des Menschen, sich mit Erscheinungen aller Art (inneren wie äußeren) zu identifizieren – also ihnen eine Bedeutung zu zuschreiben und an ihnen anzuhaften. Die wiederkehrende Erfahrung, dass die Objekte unserer Identifikation, die wir festhalten und zu kontrollieren versuchen, in Wirklichkeit unkontrollierbar und vergänglich sind, führe zu Enttäuschung und zu menschlichen Problemen aller Art (Harvey, 1995, S. 44). Man könnte meinen, dass unser wahres Leiden immer ein Leiden am illusionären Selbst sei, weil eine stabile Identität nirgends im weltlichen Dasein zu finden sei: das „Anhaften an eine nichtreale Vorstellung, die man von sich selbst hat, an etwas, das sich in Wirklichkeit fortwährend verändert, ist Leiden“ (Hart, 1996, S. 59). Der Weg der Linderung dieses Leidens besteht Buddha zufolge in der Durchdringung der Illusion vom Selbst mithilfe gelebter Achtsamkeit (Nyanapoika, 2000). Die im Westen am häufigsten benutzte Definition von Achtsamkeit im Sinne Jon-Kabat-Zinn's meint jegliche absichtsvolle, nicht-wertende bewusste Lenkung der Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt (Kabat-Zinn, 1994, S. 4). Doch aus Sicht der frühbuddhistischen Tradition ist diese Form der Achtsamkeit, das sorgenlose Verweilen im Augenblick, kein Selbstzweck. Es stellt vielmehr die Voraussetzung dafür dar, Einsicht in die Natur des Selbst zu erlangen:

„Die gesamte Lehrrede von den ‚Grundlagen der Achtsamkeit‘ ist nichts anderes als eine umfassende und gründliche Anweisung zum tieferen und genaueren Verstehen und zum anschaulichen, aus der Einzelübung gewonnenen Erleben dieser Lehre vom Nicht-Selbst.“ (Nyanaponika, 2000, S. 72).

Indem die Aufmerksamkeit auf körperliche und geistige Prozesse gelenkt wird, ohne ihnen Bedeutung zuzuschreiben, soll erfahren werden, dass alle Erscheinungen, nach denen man kognitiv „greift“, kein Selbst enthalten, also unpersönlich sind: „...to know everything as Selfless“ und „by seeing things as they really are, attachment and its attendant suffering will be undermined“ (Harvey, 1995, S. 54). Sind letztlich alle Anhaftungen vollständig überwunden, d. h. ist die Selbst-Illusion vollständig aufgelöst, erreiche man den Zustand der Erleuchtung – die völlige Befreiung vom Leiden.

Während also westliche Denker übereinstimmend annehmen, dass das Selbst eine evolutionär entstandene nützliche Illusion ist, weil es die

Fortexistenz des Einzelnen sichert, sind in der buddhistischen Tradition eine Vielzahl an Selbstbeobachtungsübungen entwickelt worden, um sich auf der Ebene der unmittelbaren Erfahrung vom illusionären Selbst zu befreien. Wie lässt sich diese Diskrepanz erklären? Bevor wir dieser Frage nachgehen, möchten wir kurz zwei gängige Herangehensweise vorstellen, die die frühbuddhistische Lehre und Praxis vom anattā zulässt: Einige Gelehrte lehnen eine wissenschaftliche Herangehensweise an die entsprechenden Texte strikt ab und vertreten eine Position, wonach die Lehre und Praxis vom anattā ausschließlich als erfahrungsbasierte, soteriologische Strategie zu betrachten sei. So zum Beispiel Steven Collins, wenn er in seinem Buch „Selfless Persons“ schreibt:

„It is, I think, fruitless for the scholar to try to explain, in his own more or less technical terms, what this ‘means’. Rather he should see Buddhism’s ideological stance as a social, intellectual and soteriological strategy“ (Collins, 1982, S. 78).

Demgegenüber zielt der zweite theoretische Zugang auf ein tieferes Verständnis der Mechanismen dieser soteriologischen Strategie ab. Sodass wir in diesem Beitrag mit der Position Peter Harvey’s (1995) d’accord gehen, wenn er schreibt:

„While agreeing that the not-Self teaching clearly is a ‚soteriological strategy‘, I would argue that this does not preclude the scholar from teasing out what the teaching ‘means’: how the strategy works and what its purpose is“ (S. 43).

Betrachten wir die Praxis des „Nicht-Selbst“ genauer, so fällt zunächst auf, dass von einem universalistischen Anspruch und damit von einem vermeintlichen Patentrezept die Rede ist. Wie Werner Vogd (1999) kritisch herausstellt, ist es zweifelhaft, „dem Menschen mit der buddhistischen Lehre einen Weg der Befreiung aus dem Leiden zur Verfügung zu stellen, der sich unabhängig von kulturellen Besonderheiten auf allgemeine Gesetze des Menschseins gründen soll“ (S. 5). Darüber hinaus heißt es, dass auf die Dekonstruktion des Selbst eine ethische Lebensführung folgen soll: In der Durchdringung der illusionären Erscheinung des Egos soll die Erfahrung von allumfassender Liebe und Mitgefühl gegenüber allen fühlenden Wesen entstehen. Weiter soll auch das Wissen um die Verantwortung für die eigene Schöpfung wachsen (Vogd, 2015). Doch wie innerhalb der Selbst-Dekonstruktion mehr oder weniger plötzlich eine Dimension ethischen Handelns erwachsen soll, bleibt erläuterungsbedürftig. Zumal eine aktuelle empirische Studie eher auf das Gegenteil hinweist: Nichols und Kollegen (2018) sind der Frage nachgegangen, ob ein Leben ohne den Glauben an ein Selbst denkbar sei und wie sich das konkret in der Lebensführung äußere. Die

Befragung (tibetanisch-)buddhistischer Mönche ergab dabei: Je weniger sie an ein stabiles inneres Selbst glaubten, desto eher fürchteten sie sich vor dem Tod. Außerdem hat sich gezeigt, dass sich die buddhistischen Mönche im Vergleich zu Amerikanern und Hindus deutlich weniger sozial verhielten: In einem Szenario, bei dem man durch Verzicht auf ein Medikament das Leben eines anderen verlängern konnte, entschieden sich drei von vier buddhistischen Mönchen dagegen und verhielten sich somit entgegen der Eingangsüberlegungen unethisch. (Eine Einschränkung der Studie besteht allerdings darin, dass die teilnehmenden Mönche keine Meditierenden mit langjähriger Erfahrung waren. Gleichwohl deckt der Befund auf, dass die Beziehung zur impliziten Ethik gar nicht so eindeutig zu sein scheint und weiterer Klärung bedarf.)

Auch die Frage wie sich ein Mensch ohne Selbst in der (sozialen) Welt – außerhalb des Mönchs-Daseins – zurechtfinden soll, wird in der Anattā-Lehre nicht geklärt. Die Frage stellt sich Buddha unseres Wissens nach auch nicht. Doch diese Frage ist aus evolutionstheoretischer Perspektive stark erläuterungsbedürftig: Nimmt man Buddhas Aufforderung zur Auflösung der „Selbst-Illusion“ im Sinne einer dauerhaft wertfreien Beobachtung wörtlich, besteht das Problem darin, dass übersehen wird, dass jeder Einzelne zwar ein autonom kognitives Subjekt darstellt, gleichzeitig aber auch Teil einer sozialen Welt ist. Kulturell, sozial und sprachlich vielfach eingebettet in eine Gemeinschaft, die kollektive Sinngebungsprozesse einfordert, hängt das Überleben des Einzelnen von seinen Interaktionen mit der sozialen Welt ab. Und dieses soziale Weltverhältnis ist ohne ein Selbstverhältnis nicht denkbar: Das Selbst, als sinnstiftender Prozess, ermöglicht es dem Menschen sich anzupassen, handlungsfähig zu bleiben und so seine Fortexistenz zu sichern. Diese Beispiele zeigen, dass ein vollständiges Auflösen des Selbst einer psychotischen Fragmentierung und sozialem Selbstmord gleichkäme. Hierzu präzisiert Vogd (2014):

„Gerade weil das Selbst im kulturellen Prozess mit gefühlter Bedeutsamkeit aufgeladen wird, erscheint das Zerbrechen jener reflexiven Sicherheit, welche das Selbst konstituiert, hochgradig mit Angst besetzt. Es geht praktisch einher mit dem Zerbrechen der sozialen und kommunikativen Einbettung in jene Mitwelt, welche uns von unserer Geburt an so unermesslich ist, weil sie unsere soziale Existenz ausmacht.“ (S. 87).

Dass Buddha's Aussagen über die Auflösung des Selbst wortwörtlich genommen unsinnig sein müssen und es sich bei der Praxis des „Nicht-Selbst“ freilich nicht um eine buchstäbliche Zerstörung des Selbst handeln kann, stellt der deutsche Mönch Nyanatiloka (1989), geb. Anton Gueth, klarer heraus:

„Nicht oft und eindrücklich genug kann darauf hingewiesen werden, dass zu einem wirklichen, auch nur theoretischen Verständnis dieses Zieles der gründliche Einblick in die Wahrheit von anattā Voraussetzung ist, ohne die man sonst, je nach der geistigen Veranlagung, das ‚nibanna‘ [dt. das ‚Erlöschen‘] notwendigerweise als Vernichtung einer Persönlichkeit missversteht oder als einen ewigen Daseinszustand, in den das Ich eingeht.“ (S. 136).

Doch wann ein solcher „Einblick“ gründlich genug ist, wäre zu fragen. Ohne diese Abklärung hat die frühbuddhistische Lehre und Praxis vom anattā für unsere Zielstellung nicht den Wert, den sie haben könnte. Für eine praxistaugliche Umarbeitung der Konzeption vom illusionären Selbst, muss durchaus klar sein, was „die Wahrheit“ vom „Nicht-Selbst“ ist.

Offensichtlich stiftet die frühbuddhistische Rede über die Auflösung des Selbst zunächst Verwirrung, sodass Buddha sich sicherlich kritische Fragen bezüglich der „Nicht-Selbst“-Praxis gefallen lassen musste. (Es sei erwähnt, dass der historische Buddha vor blindem Glauben und der bloßen Übernahme von Theorien ohne eigene Prüfung gewarnt haben soll). Man könnte jetzt vielleicht geneigt sein, sich damit „herauszureden“, dass die angedeuteten Fragen in den Bereich der gelebten Erfahrung gehören, dass die Wahrheit des Buddhismus nur Sinn im Kontext einer langjährigen Praxis des Geistes ergebe. Freilich kann im vorliegenden Beitrag nur die intellektuelle Seite betrachtet werden. Doch vor dem Hintergrund der vorliegenden Zielstellung einer praxistauglichen Umarbeitung der Konzeption vom illusionären Selbst, darf eine ernsthafte wissenschaftliche Auseinandersetzung nicht dabei stehen bleiben, die Frage, was denn mit einer Dekonstruktion des illusionären Selbst gemeint ist, unbeleuchtet zu belassen. Um das Konzept von der „Durchdringung der Selbst-Illusion“ im Zusammenhang mit der „Befreiung vom Leiden“ zugänglicher zu machen, muss der Versuch unternommen werden, hierfür eine klare Sprache zu finden. Unserem Wissen nach gibt es bislang keine schlüssigen Modelle, mit welchen sich die frühbuddhistische Lehre und Praxis vom anattā überzeugend in die Sprache der westlichen Kognitionswissenschaften reformulieren lassen. Im Folgenden unternehmen wir einen ersten Schritt, die frühbuddhistische Praxis vom „Nicht-Selbst“ mithilfe ausgewählter aktueller Entwicklungen in der Selbstkonzeptforschung zu reflektieren. Freilich ersetzt ein entsprechender Transferprozess noch keine systemische Aufarbeitung dieses Themas, sondern plausibilisiert lediglich den einen oder anderen Aspekt der buddhistischen Praxis. Gleichwohl es also ein fragmentarisches Unterfangen bleiben muss, wird sich im Verlauf des vorliegenden Kapitels hoffentlich zeigen, dass sich die Konzepte mit Gewinn aufeinander beziehen lassen. Weitere Arbeiten müssen der Vielschichtigkeit und Tiefe dieses Themas Rechnung tragen. Sicher zu sein scheint, dass der historische Buddha durch einen individuell geistigen Forschungsprozess zu seinen Erkenntnissen über die

Natur des Selbst und den daraus abgeleiteten praktischen Implikationen gekommen sein soll. Sofern wir also von der frühbuddhistischen Lehre und Praxis als „Wissenschaft des Geistes“ sprechen möchten, heißt dies auch, dass ihre Sätze künftig einer empirischen Überprüfbarkeit unterzogen werden müssen. (In Klammern sei hier allerdings erwähnt, dass sich speziell im Bereich der Nicht-Selbst Theorien generell wenig an anschlussfähigen Designs für die empirische Forschung findet. Bezieht man allerdings die Forschung zur Achtsamkeit mit ein, so finden sich hier zahlreiche positive Effekte auf die körperliche und geistige Gesundheit.) Es folgt nun eine Zusammenstellung skizzenhafter Kommentare zu westlichen Konzepten mit Bezugnahme auf die Lehre und Praxis vom „Nicht-Selbst“.

14.3.1 Die Spielarten des Selbst

Die frühbuddhistische Beschreibung der habituellen Neigung des Menschen zu personalen Identifikationsprozessen findet sich in erstaunlich ähnlicher Form in dem abendländischen Klassiker der psychologischen Selbsttheorie: William James (1890) schreibt in seinem Opus Magnum „The principles of Psychology“:

„A man's self is the sum total of all that he can call his, not on ly his body and his psychic powers, but his clothes and his house, his wife and children, his ancestors and friends, his reputation and works, his lands and horses, and yacht and bank account“ (S. 292).

James führt dabei die von Leibniz und Kant eingeführte Unterscheidung zwischen „reinem“ und „empirischem Ich“ in seiner Differenzierung eines „pure ego“ vom „Me“ fort (Schönpflug, 1995). Das in Abschnitt 14.2 aufgeführte Konzept vom prozessualen Charakter des Selbst entspricht bei James dem „pure ego“, dem Bewusstseinsstrom des Erlebens. James zufolge stellt es das „Self of selves“ (S. 301) dar, weil es eine einheitsstiftende Funktion einnimmt, die für die Identität in den Veränderungen sorgt. Unter dem empirischen Selbst, bei James mit dem englischen Pronomen „Me“ bezeichnet, fasst er die drei Facetten, die „einen selbst betreffen“: „social self“, „material self“ und „spiritual self“. Das spirituelle Selbst umfasst, anders als die Bezeichnung nahelegt, die unterschiedlichen Dispositionen eines Menschen: Also etwa sein Gewissen oder Denkfähigkeit. Unter dem materiellen Selbst fasst James – wie bereits erwähnt – alles, was der Mensch zu seinem Besitz zählt. Beim sozialen Selbst geht James davon aus, dass der Mensch genau so viele soziale Selbst habe, wie es Bilder vom ihm in anderer Menschen Köpfe gebe. Doch während das soziale Selbst bei James nur eine Komponente des Selbst bildet, wird in der modernen Psychologie vom Selbst als primär

sozial konstituiertem Konstrukt ausgegangen (z. B. Herman's Selbstkonzept als „society of mind“ (2011, S. 661); Siehe auch die Arbeiten von George H. Mead oder Michael Tomasello). Um das frühbuddhistische Konzept von der Dekonstruktion des Selbst allerdings besser verstehen zu können, benötigen wir einen weiteren Schritt. Dieser nächste Schritt ist das Ergebnis psychologischer Forschungsarbeiten, die an die James'sche Theorietradition anknüpfen und inzwischen ein buntes Sammelsurium an Objekten der Selbstreflexion hervorgebracht haben. Zum Beispiel:

„The cognitive self, the conceptual self, the contextualized self, the core self, the dialogic self, the ecological self, the embodied self, the emergent self, the empirical self, the existential self, the extended self, the fictional self, the full-grown self, the interpersonal self, the material self, the narrative self, the philosophical self, the physical self, the private self, the representational self, the rock bottom essential self, the semiotic self, the social self, the transparent self, and the verbal self“ (Strawson, 2000, S. 39).

Subsummiert werden die zahlreichen Varianten des Selbst-Begriffs im Allgemeinen unter die beiden Oberbegriffe: „Selbst als Struktur“ oder „minimales Selbst“ und „Selbst als Prozess“ oder „narratives Selbst“. Das narrative Selbst ist dabei grundlegend auf das minimale Selbst angewiesen (wie aus Befunden zum Cotard-Syndrom hervorgeht, scheint es nämlich keine Selbsterzählung ohne Körperwahrnehmungen geben zu können). Das minimale Selbst meint dabei nach Matthew Mackenzie (2011) einen körperlichen (embodied), umweltgebunden (embedded) und sich selbst organisierenden temporären Prozess (S. 271). Für Dan Zahavi (2011, S. 59) drückt insbesondere dieses minimale Selbst aus, dass Erfahrungen immer als „meine“ Erfahrungen erscheinen, sich für mich so oder so anfühlen („mine-ness“), sodass es letztlich den Kern der Subjektivität bildet (und dem „pure Ego“ nach James entspricht). In diesem Zusammenhang betont Zahavi die Bedeutsamkeit von Grenzen, die zwischen mir (dem Selbst) und dem Rest der Welt (dem Nicht-Selbst) entscheiden und bei allen Lebewesen eine zentrale Rolle spielen. Dieses minimale Selbst, das sich durch die einfache aber fundamentale Unterscheidung von Selbst und Nicht-Selbst organisiert, bezeichnet der Philosoph Daniel Dennett (1991) auch als „biologisches Selbst“. Dieser Selbstaspekt sei aus evolutionstheoretischer Perspektive zentral für den Selbsterhalt eines Lebewesens „[...] the boundary between „me“ and the „rest of the world“, a distinction that even the lowliest amoeba must make, in its blind, unknowing way. The minimal proclivity to distinguish self from other in order to protect oneself is the biological self, and even such a simple thing is not a concret thing but just an abstraction, a principle of organization“ (S. 414). Diese Grenzziehung wird dabei vollzogen durch den Prozess der Sinngebung („Sense-Making“). In den Worten des chile-

nischen Biologen und Neurowissenschaftler Francisco J. Varela (1991) ausgedrückt, ist „der Unterschied zwischen Umwelt und Welt der Überschuss von Bedeutung, die im Hintergrund jeden Verständnisses des Lebendigen und der Kognition steht, und das auch an der Wurzel des Prozesses liegt, durch das ein Selbst sich herstellt [...]. Es gibt keine Nahrungsbedeutung in Sukrose, außer wenn ein Bakterium darauf zuschwimmt und sein Stoffwechsel das Molekül auf eine Weise verwendet, die seiner Identität fortzudauern erlaubt.“ (Varela, S. 86, zitiert nach Andreas Weber, 2011, S. 309).

Varela (1994) zufolge emergiert das Selbst dabei als „leeres“ Konstrukt im Zuge der verteilten Aktivität eines natürlichen Systems: Unser persönliches Erleben eines Selbst sei dabei das Resultat eines „fortlaufenden, interpretierenden Narrativ über bestimmte Aspekte der parallel laufenden Aktivitäten unseres täglichen Lebens“ (S. 66). Zur These des Selbst als narrativer Beschreibungsprozess eigenen Verhaltens siehe auch Heayes, Barnes-Holmes & Roche (2001). Dass ein solches Narrativ, also eine sinnstiftende Erzählung, im Grunde genommen der Komplexitätsreduktion dient und bestimmt, wie die Umwelt wahrgenommen wird, betont auch der Psychologe Seymour Epstein (1979):

„Genau wie der Wissenschaftler konstruiere jedes Individuum seine Theorie von der Wirklichkeit und ordne somit, was ohne eine solche Theorie chaotische Erfahrungswelt bliebe. Die Selbsttheorie als eine Subtheorie über die eigene Person trete dabei neben die Umwelttheorie und mit dieser in eine Wechselwirkung“ (Epstein, 1979, S. 15, zitiert nach Werschkull, 2007, S. 33).

Durch diese „Selbsttheorie“ wird der Mensch folglich zu „einem Protagonisten oder Teilnehmer an einer Welt, auf die er andauernd einwirkt. Diese ist die Welt der interpretativen Akte, eine Welt, in der jedes Wiedererzählen einer Geschichte ein neues Erzählen ist, eine Welt, in der sich Personen mit anderen am „Neu verfassen“ [re-authoring] beteiligen und dabei ihr Leben und ihre Beziehungen gestalten“ (Epston & White, 1989, S. 48). Eine solche narrative Betonung des Selbst genießt gegenwärtig in Psychologie, Neurologie und Sozialwissenschaften große Popularität. Jeder von uns, so schreibt beispielsweise der Neurologe und Schriftsteller Oliver Sacks (1985), „constructs and lives a narrative [...] this narrative is us.“ (S. 110). Die Frage „Wer bin ich?“ wird entsprechend mit einer entworfenen Geschichte beantwortet, die Auskunft darüber gibt, wie man zu dem geworden ist, wer man ist. Doch was heißt es, seine eigene Lebensgeschichte zu sein? Handelt es sich tatsächlich immer um ein großes Narrativ, oder sind es nicht doch die vielen und verschiedenen Erzählungen, die von Bedeutung sind? Das narrative Selbst scheint bei genauer Betrachtung eine aktuelle, kommunikative und variable Synthese aus der Fülle möglicher Geschichten zu sein, die der Einzelne im Verlauf seines sozialen Lebens aufgebaut hat (Reiter 1990). Das

bedeutet aber nicht zwangsläufig, dass wir einfach unsere Lebensgeschichte(n) sind. Daniel Dennett (1988) beispielsweise argumentiert, dass der Einzelne dabei bloß eine „fiktive Größe“ sei, die die Geschichte durchlebt:

„We are all virtuoso novelists [...] We try to make all of our material cohere into a single good story.[...] The chief fictional character at the centre of that autobiography is one's self.“ (S. 1029).

Während Dennett also von einer Fiktionalität des Selbst ausgeht, wendet der Philosoph Velleman (2006) ein, dass wir doch das Produkt unserer eigenen Fiktion und damit eben doch real seien:

„We invent ourselves [...], but we really are the characters whom we invent“ (S. 206).

An dieser Stelle könnte der eine oder andere Leser geneigt sein, die Gretchenfrage zu stellen: Wenn das Selbst eine Geschichte oder eine fiktive Größe innerhalb dieser Geschichte sein soll, wer oder was ist dann der Autor des Werks? Wer oder was steckt hinter den Erzählungen, erfindet den Hauptdarsteller und sorgt für die kontinuierliche Fortsetzung des narrativen Selbst? Und welche narrativen Organisationsprinzipien spielen dabei eine Rolle? Auch wenn diese Fragen für unsere Zielstellung nicht ohne Belang sind, werden wir sie aus formalen, den Umfang begrenzenden Gründen nicht weiter verfolgen. (Für interessierte Leser sei daher auf die Arbeiten der Philosophen Daniel Dennett, Alasdair MacIntyre oder David Velleman verwiesen, die sich mit dem „Problem“ der Autorschaft auseinandersetzen).

14.3.2 Das Selbst auflösen ... aber welches?

Es lässt sich also festhalten, dass unter einer modernen wissenschaftlichen Perspektive ein minimales Selbst angenommen wird, welches sich infolge einer ersten fundamentalen Operation der Grenzziehung herausbildet. In die frühbuddhistische Lehre übersetzt bildet sich durch diese Grenzziehung die eigentliche Triebkraft innerhalb des Prozesses der bedingten Entstehung: das Begehren. Auf die Einteilung in Selbst und Nicht-Selbst werden Sinneseindrücke in bedeutsam und nicht bedeutsam unterschieden. Das geht mit Impulsen des Begehrens angenehmer Empfindungen sowie der Aversion gegenüber unangenehmen Zuständen einher. Laut Miri Albahari, einer Vertreterin der sogenannten advaita-vedantischen „Nicht-Selbst“-Theorie, sei es gerade diese Grenze, die eine illusionäre personale Identität hervorbringt, die sie als „personalen Besitzer“ bezeichnet. Ziel sei es diese Grenze zu eliminieren und so den ohnehin illusionären

personalen Besitzer aufzulösen. Was dann bleibe, sei ein reales einheitliches, Beobachtungsbewusstsein („witness-consciousness“), dass „nichts als das Sehen selbst“ sei. Dagegen steht der Einwand, dass diese erste Perspektive von einem minimalen Selbst aus zwar durchaus konstruiert zu sein scheint, doch gleichzeitig von existenzieller Bedeutung für ein Lebewesen ist: Dadurch, dass ein Organismus eine Grenze der Selbstidentität vollzieht, sich also „selbst definiert und dabei die Welt in ein Innen und Außen scheidet, gewinnt er einen Standpunkt, von dem aus, die Welt nicht länger neutrale Umgebung ist, sondern etwas im Hinblick auf seine Existenz bedeutet“ (Varela, Thompson und Rosch, 1991, zitiert nach Weber, 2011, S. 309). Die subjektive Perspektive, die auf das biologische „Sense-Making“ folgt, ist insofern „real, als sie letztlich über Leben und Tod entscheidet“ (S. 309). Ein dauerhafter Verlust der Selbst-Welt-Grenze würde letztlich bedeuten, nicht länger an der Evolution teilnehmen zu können. Unter Bezugnahme auf die Unterscheidungslogik von George Spencer-Brown lässt sich darüber hinaus entgegensetzen, dass jede Beobachtung überhaupt erst mit dem Akt des Unterscheidens einsetzt oder wie Varela und Kollegen es ausdrücken:

„Die Dinge können ihrerseits nur erfahren werden, indem sie in ihrer Bedeutung für den Lebensvollzug immer bereits von gut und schlecht durchtränkt sind“ (S. 310).

Sinngangsprozesse bzw. Bedeutungsbildung ist somit ein fundamentaler Vorgang menschlicher Existenz, sodass der Psychologe Robert Kegan (1986) in Übereinstimmung mit Varela's Position resümiert:

„Es gibt keine Gefühle, keine Erfahrungen, keine Gedanken und keine Wahrnehmung, die von dem Prozess der Bedeutungsbildung unabhängig wären. (...) Menschsein heißt, Bedeutung schaffen“ (S. 31).

Damit kann unserem Erachten nach der buddhistischen Aufforderung dauerhaft wertfrei zu beobachten – zumindest auf einer tieferen „Seins“-Ebene – unmöglich nachgekommen werden. Die Fundamentaloperation des Unterscheidens zwischen Selbst und Nicht-Selbst kommt als Überlebensstrategie im minimalen Selbst zum Ausdruck. Das frühbuddhistische Konzept einer vollständigen Auflösung des Selbst sowie das advaita-vedantische Konzept der „undifferenzierten Beobachtung“ erscheinen daher als Mythos und insofern zweifelhaft, als dass sie die evolutionäre Notwendigkeit des minimalen Selbst und die alltäglichen Erfordernisse konzeptgesteuerter Wahrnehmungsprozesse leugnen. Kurz gesagt, das minimale Selbst ist eine Größe, die sich aus keinem Prozess des Lebens heraus kürzen lässt.

Während das so verstandene Selbst – mit Niklas Luhmann (1998) gesprochen – für seine eigene Stabilität sorgt, um weiterhin an der Evolution

teilnehmen zu können (S. 427), scheint der narrative Selbstaspekt weniger „naturwüchsig“ zu sein. Das narrative Selbst hebt sich also dadurch vom minimalen Selbst ab, als dass es keine Selbstverständlichkeit darstellt und erst durch menschliche Tätigkeit herzustellen ist. Genau genommen ist es aufgrund der Verwendung von Sprache grundlegend auf soziale Eingebundenheit angewiesen (Mackenzie, 2011, S. 269). Was also die frühbuddhistische Praxis der Selbstauflösung angeht, so liegt es nahe anzunehmen, dass es sich dabei allein um den narrativen Selbstaspekt handeln kann.

14.3.3 Sinnvolle Illusionen, leidvolle Illusionen

Analog zu unseren Überlegungen geht die Bewusstseinstheoretikerin Susan Blackmore vor, wenn sie von einem illusionären Selbst, einer sogenannten „false story“ spricht und diese von einem „inneren“ Selbst (im selbstreflexiven Sinne) unterscheidet (Blackmore, 1999, S. 229). In Referenz auf Daniel Dennett's Konzept der „nützlichen Selbstillusion“ seien wir Blackmore zufolge „a story about a persisting self who does things, feels things and make decisions; a benign user illusion“ (S. 225). Warum? Weil Menschen durch das Geschichtenerzählen drei Hauptziele verfolgen: Selbstdefinition, Selbstschutz und Selbstkontrolle. Doch während Blackmore und Dennett das Selbst im Sinne einer „falschen“ Geschichte als sinnvolle und nützliche Illusion verstanden wissen möchten, sei daran erinnert, dass es gerade diese „falsche Geschichte“ vom Selbst sein soll (im Sinne von „ich bin dies und dies ist meins“), die Buddha's Verständnis nach dem menschlichen „Leiden“ zugrunde liegt. Wie lässt sich nun diese Diskrepanz zwischen der westlichen Konzeption einer nützlichen Selbst-Illusion einerseits und Buddha's Konzept der leidvollen Selbst-Illusion andererseits erklären? Wir argumentieren, dass es sich hierbei um komplementäre Perspektiven handelt, sobald der Prozess der Sinnggebung als „Baumaterial“ von Selbst-Narrativen ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt wird. Grundsätzlich sind personale Sinnggebungsprozesse, die zu einem narrativen Selbst integriert werden, insofern nützlich und notwendig, als das Überleben des einzelnen von ihnen abhängt. Der Kontakt mit der Außenwelt vollzieht sich immer vermittelt über eine Modifikation des Selbst (Varela, Thompson und Rosch, 1991 zitiert nach Weber, 2011, S. 309). Diese dynamische Kontinuität von Selbst und Umwelt ist aus enaktivistischer Perspektive gerade der Ausdruck des gesamten Lebensprozesses und findet in der Proposition von Varela „living is sense-making“ ihre dichteste Formulierung: Erst „indem ein Lebewesen einen Standpunkt in der Welt einnimmt, bringt es eine Perspektive hervor, von der aus ihm diese Welt etwas bedeutet. Zugleich wird auch klar, was ein solches kognitives Subjekt eigentlich ist: ein „Verlangen“ nach Fortexistenz (S. 308). Gleichzeitig

stellen diese Sinnprodukte aus konstruktivistischer Perspektive immer bloß semantische Beschreibungen eines Beobachters dar. Die etwas befremdliche Folgerung hieraus lautet, dass außerhalb von Handlungen des Sinn-Konstruierens schlichtweg kein Sinn existiert. So wie die frühbuddhistische Lehre immer wieder die „Leere“ aller inneren und äußeren Phänomene betont, sprechen auch die Biologen und Neurowissenschaftler Maturana und Varela (1985) von der Zwecklosigkeit aller biologischen Formen. Vor dem Hintergrund der Evolution, die keine Absicht und keine Richtung zu kennen scheint und gleichzeitig die extreme Vielfalt der Lebensformen ermöglicht, nehmen Varela und seine Arbeitsgruppe an, dass Sinn und Zweck erst durch ein Lebewesen in die Welt hineingetragen wird:

„Erst die Anwesenheit eines Lebewesens verleiht den Dingen der Welt Sinn, indem sie diese Dinge in eine Umwelt verwandelt.“ (Varela, Thompson und Rosch, 1991, S. 309 zitiert nach Weber 2011, S. 309).

Jeder Versuch, eine absolut gültige Sinngebung zu bestimmen, muss – aus einer solchen Perspektive – als Illusion zurückgewiesen werden (Vogd, 2014, S. 16). Analog zum frühbuddhistischen Denken, kann die Sinngebung damit grundsätzlich verstanden werden „als ein Leiden, das aus dem Suchen nach etwas entsteht, was es gar nicht gibt“ (Vogd, 2014, S. 181). Natürlich macht sich ein gewisser „Realitätssinn“ im Rahmen der Sinngebung bezahlt: Wenn wir uns in der Sinngebung täuschen, kann dies unser Überleben gefährden. Sobald wir uns allerdings übermäßig auf unsere Sinnkonzepte verlassen, können sie zu Voreingenommenheit („mental sets“) mit rigider funktioneller Fixierung führen und neue adaptive Problemlösungen blockieren (Matlin, 1998, S. 363). Gerade weil Sinn von Menschen „gemacht“ ist, kann er sich als verfehlt und irreführend erweisen. Als besonders problematisch stellen sich Sinngebungsprozesse dann heraus, wenn Menschen verunsichert sind oder in als krisenhaft erlebten Situationen nach „Erklärungen“ suchen:

„Dabei kann prinzipiell jede beliebige Ereignisfolge zu Sinn und Bedeutung verdichtet werden. Die Sinnhaftigkeit liegt allerdings nicht in ihrem Inhalt, denn dieser kann beliebig sein, sondern in der Intensität des zum Gefühl verdichteten Anspruchs nach Erfüllung der erwarteten Umweltbeziehung. So können für einen Außenstehenden auch noch so absurd erscheinende Sinn-systeme, seien es religiöse Rituale, Astrologie, zwanghaftes Verhalten – was auch immer –, für den Betroffenen handlungsleitende Bedeutung gewinnen“ (Vogd, 2014, S. 180).

Unser Gehirn scheint also wie „gebaut“ dafür zu sein, überall in der natürlichen Welt sinnhafte Muster zu erkennen, vor allem dort, wo es keine

gibt (Hood, 2008). Jede gelebte Situation hat somit das Potenzial scheinbar unendlich vielfältiger Interpretationsmöglichkeiten. Und der Versuch die Komplexität in der Welt zu reduzieren, schafft seinerseits eine eigene Komplexität, die wiederum neue Anpassungsleistung erforderlich macht.

Des Weiteren ist das narrative Selbst in einer soziokulturellen Sinn-Sphäre begründet, der sich jede personale Sinngebung verdankt: Denn „narrative Strukturen sind keine Eigenschöpfung des Individuums, sondern im sozialen Kontext verankert und von ihm beeinflusst, so dass ihre Genese und ihre Veränderung in einem komplexen Prozess der Konstruktion sozialer Wirklichkeit stattfinden“ (Keupp, 1997, S. 208). Die personale Sinngebung – das „Baumaterial“ mit dem narrative Selbst konstruiert werden – scheint immer verschränkt zu sein mit soziokulturell vorgegebenen Sinngebungsskripten:

„Wir schauen dorthin, wo andere hinschauen, begehren das, was andere begehren und folgen den Geschichten, die andere erzählen, um uns dann darin wiederzufinden, um unser Erleben und Handeln daran zu orientieren“ (Vogd, 2017, S. 119).

Begreift man das Selbst als eine Erzählung, so bilden die sozialen Prozesse und Regeln dabei das narrative Prinzip, das jeder Selbsterzählung zugrunde liegt und zugleich ihrer Beliebigkeit Grenzen setzt. Sobald wir für unsere Selbstbeschreibung narrative Strukturen verwenden, bedeutet es, sich ihnen unterordnen zu müssen – die Autonomie und Wahlfreiheit werden eingeschränkt. Dass der Einzelne folglich nicht als alleiniger Autor nach Belieben über den Lauf seines narrativen Selbst verfügt, drückt der Philosoph Alasdair MacIntyre (1995) wie folgt aus:

„Nur in unserer Phantasie leben wir die Geschichte, die uns gefällt. Im Leben unterliegen wir [...] immer bestimmten Beschränkungen. Wir kommen auf eine Bühne, die wir nicht eingerichtet haben, und wir sehen uns als Teil einer Handlung, die nicht von uns stammt. Jeder von uns, der im eigenen Stück die Hauptrolle spielt, hat in den Stücken anderer nur Statistenrollen, und jedes Stück schränkt die anderen ein“ (S. 285).

Wie wenig das narrative Selbst inzwischen ein „eigenes“ ist und wie vielmehr es durch andere konstituiert wird, hat der Sozialpsychologe Kenneth J. Gergen (1990) einmal wie folgt pointiert:

„Der postmoderne Mensch ist keine faktische Entität mehr, die von Umwelteinflüssen hin- und hergeschoben und -gezogen wird. Der postmoderne Mensch ist vielmehr eine Art soziale Konstruktion: Er ist so, wie die anderen – und er selbst – ihn sich vorstellen“ (S. 197).

Das Sich-Erzählen geschieht im sozialen Aushandlungsprozess, indem jedes Selbst-Narrativ von anderen bestätigt werden muss.

Aus evolutionstheoretischer Perspektive ist das narrative Selbst freilich nützlich, als das Überleben des Einzelnen von seinen Interaktionen mit dem sozialen Netzwerk abhängt. Das narrative Selbst, als „eine andauernd aufrechterhaltende deskriptive Rekursion“, erlaubt uns, „unsere sprachlich operationale Kohärenz zu bewahren sowie unsere Anpassung im Reich der Sprache“ (Maturana & Varela, 1987, S. 249). Allerdings ist der Preis hierfür ein existenzielles Abhängigkeitsverhältnis von anderen, welches im Sinne der frühbuddhistischen Lehre als kulturelles Leiden aufgefasst werden kann: Die Arbeit an der eigenen Selbst-Geschichte gelingt nur noch aufgrund bestimmter Voraussetzungen, „die das Subjekt nicht selber zu produzieren vermag“. Es bleibt ein Leben lang „bedürftig, und ausgerichtet auf andere Menschen und Ressourcen unterschiedlicher Art. Zu diesen gehört sozial anerkennende Erfahrung“ (Werschkull, 2007, S. 2). Dieses existenzielle Verlangen nach Bestätigung, Zuspruch und Anerkennung unterstreicht das, was der Philosoph Charles Taylor (1997) den „dialogischen Charakter menschlicher Existenz“ nennt (S. 21). Die Konstruktion des Selbst vollziehe sich demnach in „einem fortdauernden Dialog und Kampf mit signifikanten Anderen“. Unter dem Titel „Kampf um Anerkennung“ betont auch der Sozialphilosoph Axel Honneth das Abhängigkeitsverhältnis des so verstandenen Selbst:

„Die Individuen werden als Personen allein dadurch konstituiert, dass sie sich aus der Perspektive zustimmender oder ermutigender Anderer auf sich selbst als Wesen zu beziehen lernen.“

Den „Sauerstoff des Daseins“ bilde demnach die Anerkennung unseres Seins und die Bestätigung unseres Werts durch andere (Todorov, 1996, S. 107). Beim narrativen Selbst handelt es sich also um eine instabile Struktur, die von Moment zu Moment zerfällt, wenn dem nicht entgegengewirkt wird. Bleibt die Anerkennung der eigenen Selbst-Erzählung aus oder wird diese entzogen, so droht das narrative Selbst zu kollabieren.

14.3.3 Fazit

In diesem Abschnitt sind wir der Frage nachgegangen, wie sich das frühbuddhistische Konzept der Auflösung der Selbst-Illusion unter eine moderne westliche Perspektive fassen lässt. Auch wenn es die Überlegungen in Hinblick auf eine angemessene theoretische Konzeptualisierung argumentativ weiter zu schärfen gilt, halten wir fest, dass der Selbstbegriff des minimalen Selbst(-Erlebens) von einem explizit konstruierten Selbst nar-

rativer Natur unterschieden werden kann. Was den minimal-körperlichen Selbstaspekt angeht, lohnt sich auch gar nicht zu fragen, ob dieser eine Illusion ist. Der Vollzug des Lebens zwingt den Organismus zu einer Differenz zwischen bedeutsamen und unbedeutsamen Sinneseindrücken, die in Summe über Leben und Sterben entscheiden. Das narrative Selbst des Einzelnen ist hingegen in hohem Maße durch soziale Prozesse gelenkt, was existenzielle Probleme nach sich ziehen kann, die sich im Sinne Buddha's als kulturelles Leiden deuten lassen. Auch wenn die hier verwendeten Konzepte in dieser Zusammenstellung womöglich ungewöhnlich erscheinen, aus gesundheitspsychologischer Sicht finden die theoretischen Überlegen in diesem Beitrag durchaus Bestätigung: Das Leben zufriedener Menschen ist demnach gekennzeichnet durch (soziokulturell) adäquate Sinngebungsprozesse, welche die Menschen immer wieder in ein kohärentes narratives Selbst zu bringen vermögen. Leidende Menschen sind demnach Menschen, die in dysfunktionalen, soziokulturell-fernen Geschichten gefangen zu sein scheinen, welche lose oder gar nicht miteinander zusammenhängende Selbst-Narrative bilden. (Als ein extremes Beispiel sind hier die Erzählungen Schizophrener zu nennen, die dahingehend charakterisiert sind, dass ihnen der Bezug auf die kollektive Sinngebung weitgehend fehlt.) Mit Blick auf unsere Zielstellung gilt es nun zu fragen: Was hat man sich unter einer alltagstauglichen Praxis des „Nicht-Selbst“ vorzustellen?

14.4 Implikationen für den Umgang mit dem (Nicht-)Selbst

Vor dem theoretischen Hintergrund dieses Beitrags kann die Praxis des Nicht-Selbst verstanden werden als ein temporäres Verweilen außerhalb von Sinngebungsprozessen. Ohne komplizierte Techniken oder Hilfsmittel lernt der Praktizierende durch regelmäßige achtsame Selbstbeobachtung, sich nicht länger mit den narrativen Inhalten seines Selbst zu identifizieren, sondern mit der Wahrnehmung an sich (Carlson, Astin & Freedman, 2006). Werden die zuvor vermeintlich sinnhaften Inhalte des „eigenen“ Selbst als sozial-vermittelte narrative Konstrukte erfahren, kann ein flexiblerer Umgang mit den eigenen Selbst-Inhalten geschehen (Atkins & Styles, 2015). Unter einer solchen Perspektive gibt es einen „höheren“ Sinn ebenso wenig wie das „wahre“ Selbst. Was es gibt, sind Veränderungen, und an die gilt es sich immer wieder anzupassen. Gerade weil das narrative Selbst eine biologische Überlebensstrategie darstellt, richten wir uns gegen jene Positionen, die eine radikale Dekonstruktion der Selbst-Illusion fordern oder die Fundamente des Selbst auf Dauer zu zementieren versuchen. Ein Selbst von extremer Starre erlaubt nur wenig oder gar kein Spielraum für Austausch,

Veränderung und Entwicklung. Demgegenüber besteht die Gefahr eines aufgelösten Selbst in einer allgemeinen Orientierungslosigkeit sowie in Verhaltensweisen, die sich als wenig verbindlich und verlässlich erweisen. Geht man über das Entweder-Oder hinaus, so spricht vieles dafür immer wieder eine Balance herstellen zu müssen zwischen den sozial vermittelten Sinnangeboten und narrativen Rollenzuweisungen einerseits und eigenen, durchaus auch unbegründeten Selbst-Entwürfen und Sinnkonzepten andererseits. In postmoderner Perspektive müssen die „Kohärenz und Kontinuität [des Selbst-Erlebens] immer wieder von Neuem erkämpft werden“ (Kraus, 2000, S. 169). Wie wir in diesem Beitrag zusammengetragen haben, besteht dabei ein zentrales Problem in der übermäßigen Orientierung an sozial vermittelten Sinnkonzepten: Soziokulturelle Sinnmärkte und Praktiken unterliegen nämlich massiven Veränderungen, sodass die „Bausteine“ des narrativen Selbst des Einzelnen gleichsam schwanken, brüchig werden, sich als unpassend, widersprüchlich erweisen oder sich auflösen – ohne gleichzeitig greifbare Alternativen anzubieten, „aber gleichwohl dem Zwang ausgesetzt“ sind „sich kohärent zu erzählen“ (Kraus, 2000, S. 65). Gerade wenn die soziokulturellen Definitionsangebote nicht länger taugen, muss der Einzelne die Konstruktionsleistung in einem erhöhten Maße selbst erbringen. Es gilt daher zu fragen, in welchem Mindestmaß der Einzelne auf das Repertoire an Sinnkonzepten der sozialen Sphäre zurückgreifen braucht? Muss die eigene „story line“, die Erzähllogik, zwingend in soziokulturell überlieferten Bahnen verlaufen oder kann das Selbst-Narrativ einem selbst gewählten Erzählfaden folgen? Und noch einmal anders gefragt: Braucht der Einzelne der narrativen Rolle, die er zugeteilt bekommt, zeitlebens gerecht werden, nur weil es das Publikum fordert? Freilich ist der Mensch abhängig von Sinnangeboten, die ihm die soziale Umwelt anliefert, aber er ist auch unabhängig von eben dieser Umwelt, was die Art und Weise der Verarbeitung dieser Sinnangebote betrifft. Problematisch stellt sich dabei die Tendenz heraus, dass „die Menschen, unkundig und unbeholfen in der Benutzung ihres Hauptwerkzeuges „Geist“, sich daran gewöhnt haben, sich auf andere zu verlassen oder den Gruppengewohnheiten zu folgen. So ist dieses Geistwerkzeug tatsächlich durch Vernachlässigung unzuverlässig geworden und bietet keine geeignete Basis mehr für begründetes Selbstvertrauen.“ (Nyanaponika, 2000)

Die Praxis des Nicht-Selbst kann daher als eine Einladung aufgefasst werden, sich dem, was die soziale Welt gestattet, zu entziehen. Zum einen klingen so erwiesenermaßen jene Stressreaktionen ab, die mit Sinngebungsprozessen verbunden sind: Sobald die narrativen Systeme schweigen, die einen suchen und kalkulieren lassen, die belohnen und bestrafen, ist Ruhe gegeben. Zahlreiche Studien zeugen inzwischen von der positiven Wirkung von Achtsamkeit auf die körperliche und geistige Gesundheit, z. B. Gree-

son, 2009; Walsh & Shapiro, 2006. Zum anderen können in einem solchen „freischwebenden“ Zustand die gewohnten narrativen Pfade verlassen und dysfunktionale festgesetzte Geschichten dekonstruiert werden – Epstein (1988) spricht in diesem Zusammenhang von der „positive deconstruction of the self“ (vgl. auch Dahl et al., 2015). Ein Ausstieg aus „sozialen Formen“ (Herrmann, 2013, S.135), die einem eingeprägt und womöglich zur zweiten Natur geworden sind, wird ermöglicht. Der Praktizierende kann erfahren, dass die Selbst-Verhältnisse, die ihn bedrängen, auch ganz anders sein könnten. Das sogenannte „re-perceiving“, also eine Verschiebung der Sicht auf das eigene Selbst, gilt dabei als ein zentraler Mechanismus innerhalb der Wirkungsweise von Achtsamkeit (Shapiro et al., 2006; Tang et al., 2015). Studien belegen inzwischen die positive Wirkung von Achtsamkeit auf den Umgang mit dem Selbst in Form eines gesteigerten Selbst-Mitgefühls (Neff, 2003), der Selbst-Akzeptanz (Dryden & Still, 2006), des Selbst-Bewusstseins (Evans et al., 2009), einer abnehmenden Identifikation mit eigenen Selbst-Bildern (Edwards, 2013), sowie einer zunehmenden Autonomie (Levesque & Brown, 2007; Ireland, 2013), Selbstintegration (Rubin, 2013) und einer höheren Lebenszufriedenheit durch die Kultivierung des Nicht-Anhaftens (Sahdra et al., 2015). Was den Zusammenhang zur ethischen Lebensweise betrifft, so wird berichtet, dass ein gesteigertes Mitgefühl und Toleranz sich selbst gegenüber gleichzeitig die Tendenz reduziere, sich anderen gegenüber ärgerlich oder feindselig zu verhalten (Analayo, 2004).

Die Praxis des „Nicht-Selbst“ meint also keineswegs einen Rückzug aus den Verantwortlichkeiten gegenüber der Welt. Sie soll vielmehr dem eigenen narrativen Selbstverständnis und den zugrundeliegenden Sinnkonzepten den Anschein des Unhinterfragbaren nehmen. Dadurch erst wird der Blick frei für das Andere, das bisher Ungedachte, für die immer mitlaufende Möglichkeit, ein günstigeres Narrativ selber zu entwerfen und neue Passungsmöglichkeiten zu entwickeln. Die temporäre Sinnenthaltung scheint dabei einen größeren Wahlfreiheitsraum aufzuziehen, der die Einführung neuer Ideen und Perspektiven erleichtert, die wiederum neue Optionen schaffen und Entwicklungen in Gang setzen. Ohne eine temporäre Sinnenthaltung wird aller Wahrscheinlichkeit dasjenige, was gewählt wird, identisch mit den gängigen Sinnkonzepten sein, da auf bereits Vorhandenes zurückgegriffen wird. Die Sinnkonzepte, d. h. die narrativen Selbst-Inhalte, die in Folge der gelebten Praxis des „Nicht-Selbst“ konstruiert werden, müssen nicht länger auf bereits Bestehendes zurückgehen, sondern können etwas Neues darstellen, wodurch gleichzeitig die eigene Individualität begründet wird. Der Einzelne braucht sich nicht länger ausschließlich an verfügbaren oder zugewiesenen Selbst-Narrativen zu orientieren, sondern kann verstärkt ausloten, welche Bewegungen innerhalb des eigenen Selbst-Narrativ möglich und persönlich sinnvoll sind. Der Einzelne muss

selber sehen, ob er weiterkommt und ob sich die Inhalte seines Selbst-Narrativ als produktiv erweisen. Erst auf diese Weise gelingt es dem Menschen, sich selbstverantwortlich in Geschichten einzurichten, die ihm für sein Selbstverständnis wichtig sind. Gemeint ist damit freilich kein Aufruf im Sinne des „Anything goes“. Die sozialen Prozesse und Regeln setzen der narrativen Beliebigkeit Grenzen und verhindern, dass der Einzelne seine Selbsterzählung frei erfindet und sich damit ein verklärtes Selbstbild erschafft. Sie ändern aber nichts an der grundsätzlich vorhandenen Entscheidungsfreiheit. Hierzu präzisiert Werner Vogd (2017):

„Genau hierdurch entsteht eine innere Freiheit, am Beziehungsgeflecht der Welt teilzuhaben, sie in voller Intensität wahrzunehmen, ohne jedoch der Welt ausgeliefert zu sein. Es wird möglich, zwischen verschiedenen Perspektiven zu oszillieren, Probleme wahrzunehmen, ohne von ihnen erdrückt zu werden. Es wird möglich, Entscheidungen aus einer Sphäre der Freiheit heraus zu treffen, ohne dabei durch die emotionalen Zumutungen sozialer Erwartungen getrieben zu sein“ (S. 123).

Wie Viktor Frankl, der Vater der „Sinn-Therapie“, in einem Gespräch mit Heinz von Foerster einmal formuliert hat, braucht der Einzelne immer den Anderen, den Mitmenschen als Spiegel, um sich selber reflektiert zu sehen. Doch es ist ein Fehlschluss anzunehmen, wir seien blind, wenn kein Gegenüber anwesend ist (Von Foerster, 2002, S. 34). Die postmodernen Lebensverhältnisse erzeugen beim Einzelnen die Notwendigkeit – ohne den gewohnten Spiegelblick – für sich selber eine verlässliche Sinn-Basis zu schaffen, die die Grundlage seines individuellen Selbstverständnisses bildet. Um erneut mit Viktor Frankl (2017) zu sprechen: Letztlich sind wir es, „die zu antworten haben auf die Fragen, die uns das Leben stellt“. Was die frühbuddhistische Lehre und Praxis vom anatta betrifft, so hat auch Buddha immer wieder die Fähigkeit zur selbstbestimmten Lebensweise betont – dass jeder zur Autorität für sich werde:

„Macht aus euch selbst eine Insel, macht euch selbst zu eurer Zuflucht, eine andere Zuflucht gibt es nicht.“ (Digha-Nikaya, zitiert nach Goenka, 1991, S. 101).

Die regelmäßige Praxis des Nicht-Selbst kann daher als Ermutigung verstanden werden, die Welt zunehmend mit eigenen Augen zu sehen und so (mit-)zuentscheiden wer man sein will.

14.5 Literaturverzeichnis

- Albahari, M. (2011). Nirvana and Ownerless Consciousness, in: Mark Sideritis, Evan Thompson und Dan Zahavi (Hg.): *Self, No Self?, Perspectives from Analytical, Phenomenological, and Indian Traditions*, Oxford, S. 79-113.
- Analayo, B. (2004). *Satipatthana: The Direct Path to Realization*. Cambridge: Windhorse Publications.
- Atkins, P. W. B., und Styles, R. (2015). *Mindfulness, Identity and Work: Mindfulness Training Creates A More Flexible Sense of Self. Mindfulness in Organizations: Foundations, Research, and Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Blackmore, S. (1999). *The Meme Maschine*, Oxford: Oxford University Press.
- Dahl, C. J., Lutz, A., and Davidson, R. J. (2015). Reconstructing and deconstructing the self: cognitive mechanisms in meditation practice. *Trends Cogn. Sci.* 19, 515-523. doi: 10.1016/j.tics.2015.07.001
- Dennett, D. (1991). *The Reality of Selves*, in: Dennett (Ed.), *Consciousness Explained*, Boston
- Dryden, W., & Still, A. (2006). Historical aspects of mindfulness and selfacceptance in psychotherapy. *J. Ration. Emot. Cogn. Behav. Ther.* 24, 3-28. doi: 10.1007/s10942-006-0026-1
- Edwards, S. D. (2013). Influence of a self-identification meditation intervention on psychological and neurophysiologic variables. *J. Psychol. Afr.* 23, 69-76.
- Epstein, S. (1979): Entwurf einer Integrativen Persönlichkeitstheorie. In: S.-H. Filipp (Hrsg.), *Selbstkonzept-Forschung. Probleme, Befunde, Perspektiven* (S. 15-46). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Epstein, M. (1988). The deconstruction of the self: ego and "egolessness" in Buddhist insight meditation. *J. Transpers. Psychol.* 20, 61-69.
- Epston, D. & White, M. (1989). *Literate Means to Therapeutic Ends*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- Evans, D. R., Baer, R. A., and Segerstrom, S. C. (2009). The effects of mindfulness and self-consciousness on persistence. *Pers. Individ. Diff.* 47, 379-382. doi: 10.1016/j.paid.2009.03.026
- Frankl, V. (2017). *Dem Leben Antwort geben: Autobiografie*. Beltz
- Gergen, K. J. (1990). Die Konstruktion des Selbst im Zeitalter der Postmoderne. *Psychologische Rundschau* (41), 191-199.
- Gergen, K. J. (1991). *The Saturated Self. Dilemmas of Identity in Contemporary Life*, New York.
- Gergen, K. J. (1999): *An Invitation to Social Construction*, London
- Gergen, K. J. (1993). Die Überbevölkerung des Ichs. In: G. Gerken & R. Kapellner (Hrsg.), *Wie der Geist überlegen wird* (S. 65-78). Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung.
- Hart, W. (2006). *Die Kunst des Lebens: Vipassana-Meditation nach S. N. Goenka*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Harvey, P. (1995). *The Selfless Mind: Personality, Consciousness and Nirvana in Early Buddhism*. Routledge. pp. 111-112.

- Hayward, J. W. (1990). Die Erforschung der Innenwelt: Neue Wege zum wissenschaftlichen Verständnis von Wahrnehmung, Erkennen und Bewußtsein. Bern: Scherz.
- Hermans, H. (2011). The Dialogical Self. A Process of Positioning in Space and Time. In: S. Gallagher (Ed.), *The Oxford Handbook of the Self* (pp. 654-680). Oxford: Oxford Handbooks
- Honneth, A. (2003): Kampf um Anerkennung. Zur moralischen Grammatik sozialer Gefühle. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Hood, M. B. (2008). Übernatürlich? Natürlich! Warum wir an das Unglaubliche glauben. Spektrum, Akademischer Verlag.
- Hume, D (1978). *A treatise of human nature*. Oxford: Clarendon Press.
- Hume, D (1989). Ein Traktat über die menschliche Natur/ Über den Verstand. Hrsg. und Übersetzer: Theodor Lipps. Hamburg.
- Ireland, M. J. (2013). Meditation and psychological health: modeling theoretically derived predictors, processes, and outcomes. *Mindfulness* 4, 362-374. doi: 10.1007/s12671-012-0136-z
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*, New York 1950.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. New York: Hyperion.
- Keupp, H. (1997). Diskursarten Identität. Lernprozesse in der Identitätsforschung. In: R. Höfer & H.
- Keupp (Hrsg.), *Identitätsarbeit heute. Klassische und aktuelle Perspektiven in der Identitätsforschung* (S. 11-39). Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Kraus, W. (2002): Das erzählte Selbst. Die narrative Konstruktion von Identität in der Spätmoderne, Herbolzheim.
- Levesque, C., and Brown, K. W. (2007). Mindfulness as a moderator of the effect of implicit motivational self-concept on day-to-day behavioral motivation. *Motiv. Emot.* 31, 284-299. doi: 10.1007/s11031-007-9075-8
- MacIntyre, Alasdair: *Der Verlust der Tugend. Zur moralischen Krise der Gegenwart*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag 1995. (Zuerst: *After Virtue. A Study in Moral Philosophy* 1981).
- MacKenzie, M. (2010). Enacting the Self: Buddhist and Enactivist Approaches to the Emergence of the Self. In: M. Sideritis, E. Thompson & D. Zahavi (Ed.), *Self, No Self?: Perspectives From Analytical, Phenomenological, and Indian Traditions*. Oxford: Oxford University Press.
- Mahoney, M. J. (1991). *Human change processes. The scientific foundations of psychotherapy*. Chicago: Basic Books.
- Matlin, M. W. (1998). *Cognition*. Orlando, FL: Harcourt Brace College Publishers.
- Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1987). *Der Baum der Erkenntnis*. Bern: Scherz.
- Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1985). Autopoietische Systeme: eine Bestimmung der lebendigen Organisation. In: H. R. Maturana (Hrsg.), *Erkennen: Die Organisation und Verkörperung von Wirklichkeit* (S. 170-234). Braunschweig Wiesbaden: Vieweg.
- Metzinger, T. (2006). Being No One – Eine sehr kurze deutsche Zusammenfassung, in: T. M.: (Hg.): *Grundkurs Philosophie des Geistes: Band 1: Phänomenales Bewußtsein*, Paderborn.

- Metzinger, T. (2011). Thomas Metzinger im Gespräch mit Stefan Klein. Zeit-On-line, 37. Zugriff am 08.09.2011. Verfügbar unter: <https://www.zeit.de/2011/37/Interview-Metzinger/komplettansicht>
- Pauen, M. (2007). Was ist der Mensch? Die Entdeckung der Natur des Geistes, München: Deutsche Verlags-Anstalt.
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self Identity* 2, 223-250. doi: 10.1080/15298860309027
- Nichols, S., Strohminger, N., Rai, A., Garfield, J. (2018). Death and the self. *Cognitive Science*, 42, 314-332.
- Nyanaponika, M. Ein Grundriß der Buddha-Lehre. Zugriff am 22.05.2018. Verfügbar unter: <http://www.palikanon.com/diverses/buddhismus.html>
- Nyanaponika, M. (2000). Geistestraining durch Achtsamkeit (8. Aufl.). Stammbach: Verlag Beyerlein & Steinschulte.
- Reiter, L. (1990). Identität aus systemtheoretischer Sicht. *Praxis Kinderpsychol. Kinderpsychiatr.*, 39, 222-228.
- Rubin, J. B. (2013). *Psychotherapy and Buddhism: Toward an Integration*. Berlin: Springer Science & Business Media.
- Sacks, O. (1985). *The Man Who Mistook His Wife For a Hat and Other Clinical Stories*. New York: Summit Books.
- Sahdra, B., Ciarrochi, J., and Parker, P. (2015). Nonattachment and mindfulness: related but distinct constructs. *Psychol. Assess.* 28, 819-829. doi: 10.1037/pas0000264
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A. & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 373-386.
- Schönpflug, U. (1995). Selbst. In: J. Ritter & K. Gründer (Hrsg.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Bd. 9 (292-313), Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Schumann, H. W. (2005). *Der Buddha erklärt sein System – Pāli-Buddhismus für Fortgeschrittene*. Stammbach-Herrnschrot: Verlag Beyerlein & Steinschulte.
- Sedlmeier, P. & Srinivas, K. (2016). How Do Theories of Cognition and Consciousness in Ancient Indian Thought Systems Relate to Current Western Theorizing and Research? *Frontiers in Psychology*, 7, 343.
- Strawson, G. (2000). The phenomenology and ontology of the self. In: D. Zahavi (Ed.), *Exploring the Self* (pp. 23-39). Amsterdam: John Benjamins Publishing Company.
- Taylor, C. (1993): *Multikulturalismus und die Politik der Anerkennung*. Frankfurt a.M.: Fischer.
- Todorov, T. (1996): *Abenteuer des Zusammenlebens. Versuch einer allgemeinen Anthropologie*. Berlin: Wagenbach.
- Varela, F. J., Thompson, E. & Rosch, E. (1994). *Der Mittlere Weg der Erkenntnis. Der Brückenschlag zwischen wissenschaftlicher Theorie und menschlicher Erfahrung* (1. Aufl.). Bern: Scherz.
- Varela, F. J. (1994). *Ethisches Können, aus dem Englischen von Robin Cackett*, Frankfurt und New York
- Vogd, W. (2014). *Welten ohne Grund. Buddhismus, Sinn und Konstruktion*. Heidelberg: Carl Auer.

14. DAS SELBST, DAS ES NICHT GIBT?!

- Vogd, W. (2016). Wozu achtsam sein und worauf die Achtsamkeit lenken? Kontext: Band 47, Achtsamkeit und Spiritualität, S. 354-364.
- Vogd, W. (1999). Dekonstruktion von Religion zum Life-Style oder Neue Religiosität – eine kritische Studie zur Rezeption des Buddhismus im Westen, Zeitschrift für Religionswissenschaft, 7, 205-226.
- Weber, A. (2011). Die wiedergefundene Welt: über Francisco J. Varelas, Evan Thompsons und Eleanor Roschs „Der mittlere Weg der Erkenntnis“. In: B. Pörksen (Hg). Schlüsselwerke des Konstruktivismus. S. 300-319. VS Verlag.
- Werschull, F. (2007). Vorgreifende Anerkennung zur Subjektbildung in interaktiven Prozessen. Bielefeld: Transcript Verlag.
- Wittgenstein, L. (1990). Tractatus logico philosophicus; Philosophische Untersuchungen. Leipzig: Reclam.
- Zahavi, D. (2011). Unity of Consciousness and the Problem of the Self. In: S. Gallagher (Ed.), The Oxford Handbook of the Self (pp. 316-335.), Oxford: Oxford University Press.
- Zahavi, D. (2011). The Experiential Self: Objections and Clarifications. In: M. Sideritis, E. Thompson & D. Zahavi (Ed.), Self, No Self? Perspectives from Analytical, Phenomenological, and Indian Traditions (S. 64). Oxford: Oxford University Press.

Wir wissen nicht alles über uns: manches wissen wir nicht mehr, manches haben wir nie wissen können. Es ist die Aufgabe der psychologischen Perspektive auf das Selbst, hinter die Kulissen der Bühne des Bewusstseins zu blicken, aber dabei auch das Stück, das auf der Bühne gegeben wird, angemessen ernst zu nehmen. Die „personale“ Perspektive – das, was wir wissen und erleben – ist nicht nur der Ausgangspunkt der psychologischen Untersuchung des Selbst, sondern auch ein wesentlicher Inhalt und wichtiger Zugang. Welche Bedeutung haben die Inhalte des Selbst und die Strukturen, in denen sie repräsentiert sind, für unser Verhalten, unser Erleben? Diese Perspektive wird ergänzt durch die Einsicht in die permanente Dynamik der Inhalte und Strukturen des Selbst: Wir verändern uns ein Leben lang. Darüber hinaus gehend nimmt die „subpersonale“ Perspektive ernst, dass das, was wir erleben und wissen, von Prozessen und Strukturen abhängt, die wir nicht selbst erkennen können, die also auf andere Weise untersucht werden müssen als durch direkte (Selbst-)Auskunft von Personen. Welche Bedeutung haben diese Prozesse und Strukturen für die Verarbeitung von Informationen, die uns selbst betreffen? Jenseits der Selbstauskunft schließlich lohnt es sich einerseits danach zu fragen, was wir daraus lernen können, dass manche von uns, oder wir manchmal, nicht (mehr) so funktionieren wie die Allermeisten. Und schließlich: So vielfältig diese psychologischen Perspektiven auf das Selbst sind – es ist wichtig, auch ihre Grenzen zu beachten.

ISBN 978-3-96424-004-0

